

« Et si le sport était un moyen d'exclusion... »



Réalisé par : DE GASPARI Aurore et COQUOZ Tanja

Promotion : BAC 10

Sous la direction de : BOURNISSEN Chantal

REMERCIEMENTS

Nous tenons à remercier toutes les personnes qui ont contribué et qui nous ont soutenues, de près ou de loin dans la démarche et la réalisation de ce travail et plus particulièrement :

- Madame Chantal Bournissen, directrice de notre mémoire, qui nous a guidées et soutenues
- Monsieur François Mercuri, responsable de « Sport pour toi », pour son temps accordé pour l'entretien exploratoire
- Monsieur Philippe Terrettaz, directeur du cycle d'orientation de Leytron, pour sa collaboration
- Les élèves du cycle d'orientation de Leytron ayant répondu à notre questionnaire pour le temps qu'ils nous ont accordé
- Monsieur Emmanuel Solioz, professeur à la HES-SO, pour sa précieuse aide à la création des statistiques
- Madame Blurette Pasche, Mademoiselle Eline De Gaspari et Monsieur Boris Clerc pour la relecture et correction de notre travail
- Nos familles et nos amis pour leur soutien et leurs encouragements

PRÉCISIONS

Les opinions émises dans ce travail n'engagent que leurs auteures.

Nous certifions avoir personnellement écrit le Travail de Bachelor et ne pas avoir eu recours à d'autres sources que celles référencées. Tous les emprunts à d'autres auteurs que ce soit par citation ou paraphrase, sont clairement indiqués. Le présent travail n'a pas été utilisé dans une forme identique ou similaire dans le cadre de travaux à rendre durant les études. Nous assumons avoir respecté les principes éthiques tels que présentés dans le Code éthique de la recherche.

Afin de faciliter la lisibilité et la fluidité du texte, nous avons fait le choix de ne pas utiliser le langage épïcène. Ainsi le genre masculin est employé pour englober les deux genres tout au long de notre document.

RÉSUMÉ

L'objet de cette recherche concerne la pratique sportive de jeunes adolescents. La question au cœur de notre travail était de comprendre si le sport pouvait devenir un facteur d'exclusion et influencer négativement le développement de l'estime de soi. À l'aide d'une étude quantitative auprès de jeune filles et jeunes garçons du cycle d'orientation de Leytron, nous avons pu mettre à jour certaines tendances. Le sport, majoritairement perçu comme masculin, a une forte connotation sexuée. De plus, ces perceptions influencent la pratique sportive. Les filles sont plus facilement sujettes à être exclues car elles ne répondent pas au modèle sportif de compétition. L'exclusion peut se faire également dans le milieu scolaire où les garçons sportifs sont avantagés par rapport aux garçons non-sportifs et aux filles et ils obtiennent, de manière générale, de meilleures notes. Cette exclusion a des répercussions sur l'estime de soi ayant comme piliers la condition physique perçue, les compétences sportives perçues, la force perçue et l'apparence physique perçue. Ces piliers sont influencés dans la pratique sportive par l'ordre dont les jeunes sont choisis pour faire partie d'une équipe, leur habillement et les remarques positives ou négatives. Tous ces éléments rendent attentifs à l'importance d'une bonne utilisation de la pratique sportive comme outil pour éviter l'exclusion.

MOTS CLÉS

Sport - Exclusion - Intégration - Estime de soi – Adolescence - Genre

TABLE DES MATIÈRES

1. INTRODUCTION	8
1.1. Choix de la thématique.....	8
1.2. Objectifs.....	9
2. CADRE THÉORIQUE.....	10
2.1. Le sport	10
2.1.1. Définition du sport	10
2.1.2. Le sport et son histoire.....	10
2.1.3. Le sport et ses valeurs	11
2.1.4. Le sport et l'identité	13
2.1.5. Le sport et l'éducation	14
2.2. L'adolescence	15
2.2.1. Définition de l'adolescence	15
2.2.2. Les stades du développement selon E. Erickson.....	16
2.2.3. Les besoins de l'adolescent.....	17
2.2.4. La socialisation de l'adolescent.....	17
2.2.5. La socialisation par les loisirs	18
2.3. Le corps à l'adolescence	19
2.3.1. La puberté	20
2.3.2. Les normes du corps.....	23
2.3.3. La construction identitaire	24
2.3.4. L'identité sexuée	25
2.3.5. L'estime de soi.....	27
2.4. L'intégration.....	29
2.4.1. Définition de l'intégration	29
2.4.2. L'intégration et le sport.....	31
2.5. L'exclusion	33
2.5.1. Définition de l'exclusion	33
2.5.2. Le processus d'exclusion	33

2.5.3.	L'exclusion par les groupes de pairs.....	34
2.5.4.	L'exclusion dans le sport	35
2.5.5.	L'exclusion des adolescentes dans le sport.....	36
3.	SYNTHÈSE DE LA PARTIE THÉORIQUE	37
4.	QUESTION DE RECHERCHE	38
5.	HYPOTHÈSES.....	39
5.1.	Le sport est un facteur d'exclusion.....	39
5.2.	La pratique sportive provoque une baisse de l'estime de soi à l'adolescence	39
6.	TERRAIN ET POPULATION	40
7.	MÉTHODOLOGIE	41
8.	ANALYSES	42
8.1.	Analyse hypothèse 1.....	43
8.1.1.	Analyse sous-hypothèse 1.1.....	43
8.1.2.	Analyse sous-hypothèse 1.2.....	53
8.1.3.	Analyse sous-hypothèse 1.3.....	58
8.2.	Analyse hypothèse 2.....	60
8.2.1.	Analyse sous-hypothèse 2.1.....	61
8.2.2.	Analyse sous-hypothèse 2.2.....	68
8.2.3.	Analyse sous-hypothèse 2.3.....	73
9.	CONCLUSIONS DES ANALYSES.....	82
10.	PISTES D'ACTION	83
11.	CONCLUSION DU TRAVAIL DE BACHELOR.....	87
12.	SOURCES BIBLIOGRAPHIQUES.....	91
13.	ANNEXES.....	95
A.	Questionnaire sur la pratique sportive	95
B.	Graphique des pratiques sportives	100
C.	Liste des sentiments	101

TABLE DES ILLUSTRATIONS

Liste des figures

Figure 1 Modèle hiérarchique de l'estime de soi de Fox et Corbin	27
--	----

Liste des graphiques

Graphique 1 Raisons de la non-pratique sportive extra-scolaire	43
Graphique 2 Perceptions des sports (garçons)	44
Graphique 3 Perceptions des sports (filles)	45
Graphique 4 Pratique sportive extra-scolaire des filles et des garçons.....	47
Graphique 5 Les jeunes aiment-il la compétition?	48
Graphique 6 Les bonnes raisons de pratiquer du sport.....	49
Graphique 7 Sports pratiqués dans un club par les filles.....	50
Graphique 8 Idoles féminines ou masculines des jeunes	51
Graphique 9 Idoles sportives ou non-sportives des jeunes	51
Graphique 10 Idoles des garçons	52
Graphique 11 Sports les plus pratiqués par les filles (dans un club)	54
Graphique 12 Sports les plus pratiqués par les garçons (dans un club)	54
Graphique 13 Sports les plus pratiqués par les jeunes (dans un club)	56
Graphique 14 Sentiments négatifs et positifs des sportifs durant les cours de sport.....	58
Graphique 15 Ordre dans le choix des équipes (sportif/non-sportif).....	62
Graphique 16 Ordre dans le choix des équipes (fille/garçon)	62
Graphique 17 Sentiments face au choix des équipes	63
Graphique 18 Les non-sportifs aiment-ils la compétition?.....	64
Graphique 19 Les sportifs aiment-ils la compétition?	64
Graphique 20 Les jeunes sont-ils prêts à transpirer pour gagner?.....	65

Graphique 21 Les sportifs et non-sportifs sont-ils prêts à transpirer pour gagner?	66
Graphique 22 Les jeunes sont-ils prêts à tricher pour gagner?	67
Graphique 23 Les sportifs et non-sportifs sont-ils prêts à tricher pour gagner?.....	67
Graphique 24 Tenues lors des cours de sport (fille/garçon).....	69
Graphique 25 Tenues lors des cours de sport (sportif/non-sportif).....	69
Graphique 26 Les filles ou les garçons se mettent-ils volontiers en habits de sport?.....	70
Graphique 27 Les sportifs ou non-sportifs se mettent-ils volontiers en habits de sport ?	70
Graphique 28 Sentiments en habits de sport (fille/garçon)	71
Graphique 29 Sentiments en habits de sport (sportif/non-sportif).....	71
Graphique 30 Sentiment de gêne des sportifs et non-sportifs dans les vestiaires	73
Graphique 31 Sentiment de gêne des filles dans les vestiaires	74
Graphique 32 Remarques faites aux camarades (fille/garçon)	75
Graphique 33 Remarques faites aux camarades (sportif/non-sportif).....	75
Graphique 34 Remarques reçues de la part des camarades (fille/garçon)	76
Graphique 35 Remarques reçues de la part des camarades (sportif/non-sportif).....	76
Graphique 36 Genre de remarques reçues de la part des camarades (fille/garçon)	77
Graphique 37 Genre de remarques reçues de la part des camarades (sportif/non-sportif) ..	78
Graphique 38: remarques de la part des professeurs (fille/garçon)	78
Graphique 39 Remarques reçues de la part des professeurs (sportif/non-sportif)	79
Graphique 40 Sentiments des jeunes lors des cours de sport.....	81

Liste des tableaux

Tableau 1 Étape de la puberté selon Guasch (1973)	21
Tableau 2 Moyennes des sportifs et des non-sportifs à l'année	58
Tableau 3 Moyennes des filles et des garçons à l'année	59
Tableau 4 Moyennes des filles et des garçons sportifs et non-sportifs.....	59

1. INTRODUCTION

1.1. Choix de la thématique

Ayant effectué nos deux premiers semestres ensemble et ayant toutes les deux un vif intérêt pour le sport, nous questionnions les effets, positifs ou négatifs, du sport chez les jeunes. Nous avons pris la décision de travailler ensemble afin de développer ce sujet, grâce à différentes lectures et recherches pratiques et théoriques.

Tout d'abord, en tant que futures travailleuses sociales, nous devons tous les jours collaborer. Ce travail de Bachelor a été une occasion de mettre en pratique et de perfectionner cette compétence.

Nous étions conscientes des difficultés mais aussi des avantages que le travail de groupe pouvait engendrer. Il nous a été primordial d'être à l'écoute des envies, des demandes ou des besoins de l'autre. Nous avons su profiter des expériences acquises lors de notre formation mais aussi lors de nos expériences professionnelles où nous avons régulièrement dû collaborer avec divers acteurs.

De plus, nous avons toutes les deux suivi un parcours différent en choisissant les filières d'éducatrice sociale et d'animatrice socioculturelle. C'était un avantage et un enrichissement d'avoir l'opportunité de découvrir un autre point de vue et une pratique professionnelle différente.

Une grande partie de nos expériences professionnelles se sont déroulées dans le domaine de la jeunesse. Celles-ci nous ont donné l'opportunité d'élargir nos expériences pratiques concernant l'adolescence et nous espérions que notre travail de Bachelor nous donnerait plus d'éléments afin de continuer avec plus de bagages théoriques dans cette voie. Nous attendions de ce travail qu'il nous permette d'avancer dans nos recherches et de nous éclairer quant à notre future pratique professionnelle. Grâce à ce travail, nous avons pu découvrir de nouvelles pistes d'action pour l'avenir.

Par ailleurs, en tant que futures travailleuses sociales, nous envisageons d'utiliser le sport comme outil de travail dans notre pratique professionnelle mais il était important, pour nous, de mieux comprendre ses effets. Les théories à son sujet sont très diverses et engendrent de nombreuses interrogations. En effet, ne peut-il pas être facteur d'exclusion plutôt que d'intégration ?

Nous pensons qu'autant l'éducateur que l'animateur, par leurs compétences, pourraient envisager d'utiliser le sport comme outil. En effet, l'une des compétences de l'animateur est de pouvoir accompagner pour la création de projets et de proposer des activités répondant au besoin des individus. Le sport pourrait être un outil à utiliser. Concernant l'éducateur, il lui est souvent demandé d'accompagner l'individu dans son développement. D'ailleurs, certaines institutions utilisent déjà le sport de manière récurrente et efficace.

Étant issues d'environnements sportifs, nous pensons qu'il est nécessaire d'étudier toutes les facettes, du sport avec ses effets positifs et négatifs, pour que notre travail soit construit de la manière la plus objective possible.

Les jeunes sont dans une période importante de leur vie remplie de doutes et de questionnements. Le travailleur social peut déjà endosser un rôle important à ce moment et ne pas attendre de les retrouver dans des institutions.

Le lien avec le travail social est, pour nous, évident. Le sport est un outil que le travailleur social pourrait utiliser. En effet, l'intégration, l'estime de soi ou la construction identitaire sont autant en lien avec le milieu du sport qu'avec le travail social. Le sport a beaucoup d'influence dans la société actuelle et peut être un bon élément dans la relation entre les différents acteurs. Pourtant, nous pensons qu'il est primordial d'en connaître les effets négatifs et positifs afin d'intervenir et de l'utiliser d'une manière efficace et pertinente.

Aujourd'hui, le sport est utilisé de différentes manières. Il est considéré comme positif par certains mais au contraire, pour d'autres, il perd ses vertus éducatives et devient plutôt un moyen d'exclusion.

1.2. Objectifs

Les objectifs établis sont en rapport avec notre pratique professionnelle. Ils nous permettront de développer et de guider notre travail de manière structurée. De plus, ces objectifs, communs à nous deux, nous donneront la possibilité de répondre à notre question de départ qui est la suivante : « Comment le sport peut-il favoriser l'intégration et l'estime de soi ? ». Nous avons choisi ces objectifs de la manière la plus pertinente possible en étant attentives aux divers supports, aux ouvrages, aux expériences professionnelles et personnelles et au but de notre travail.

Les objectifs fixés sont les suivants :

- Apprendre à effectuer une démarche de recherche du début à la fin
- Apprendre à récolter des données
- Développer le sport comme outil du travailleur social
- Explorer de nouvelles pistes d'actions avec comme outil le sport
- Découvrir la pratique sportive des jeunes
- Découvrir les effets négatifs et positifs du sport
- Proposer des activités sportives adaptées

2. CADRE THÉORIQUE

2.1. Le sport

2.1.1. Définition du sport

Selon Defrance (2011), les définitions sont nombreuses et peuvent venir de plusieurs sources dont l'institution sportive, les sciences sociales, les sportifs et les décomptes statistiques.

Selon l'institution sportive, la définition du sport a évolué et continue d'évoluer au fil des années. Vers 1850, avant d'être un exercice de son propre corps, sa première caractéristique était d'être un « amusement ». Par la suite, les activités athlétiques font changer les choses. Dès lors, le mot « sport » est utilisé pour désigner une dépense d'énergie musculaire et un engagement compétitif. Ceci exclut alors les sports mécaniques, hippiques ou d'adresse.

En 1922, Pierre De Coubertin (cité par Defrance 2011 : 101), donne une définition concluante : « Le sport est le culte volontaire et habituel de l'effort musculaire intensif appuyé sur le désir de progrès et pouvant aller jusqu'au risque. ». Un écart est marqué entre le sport athlétique et le sport comme amusement. Les éducateurs physiques, ne restant pas indifférents, ont réagi et donné une nouvelle définition. Selon Hébert, (cité par Defrance, 2011 : 101), le sport serait : « tout genre d'exercice ou d'activité physique ayant pour but la réalisation d'une performance et dont l'exécution repose essentiellement sur l'idée de lutte contre un élément défini : une distance, une durée, un obstacle, une difficulté matérielle, un danger, un animal, un adversaire et, par extension, soi-même ».

D'après les sciences sociales, le sport tend à deux extrêmes. Il peut être un jeu et une distraction, c'est-à-dire un loisir avant tout pour les adolescents. Cependant, il peut aussi être une activité minutieusement préparée, exercée afin de combler un programme pouvant déboucher sur une carrière ou même une culture.

Nous pouvons encore trouver et nommer de nombreuses définitions mais celles des sciences sociales et les institutions sportives citées précédemment semblent être un résumé concluant et pertinent pour notre travail. C'est pourquoi nous nous en sommes inspirées. Mais aujourd'hui encore, nous n'avons pas trouvé de définitions communes adhérentes à chacune des parties.

2.1.2. Le sport et son histoire

Pour bien comprendre le concept du sport, nous estimons important de retracer son histoire. Selon Vigarello (in L'Yvonnet et Pichery, 2010), il apparaît à la fin du XIXe siècle. C'est un phénomène qui se différencie de toute activité physique et qui est à l'origine des premiers Jeux

Olympiques de 1896. Le rôle principal du sport à ce moment est l'investissement physique. Il est issu d'associations, de clubs, de fédérations, etc. Il concerne tout le monde et est considéré comme une activité démocratique. Malheureusement, la pratique d'un sport au sein d'un club engendre des coûts qui marquent une différence entre les sports réservés aux pratiquants fortunés et aux autres. Mais heureusement, la démocratisation du sport persiste et s'accélère au fil du temps. Aujourd'hui, le sport est présent et obligatoire dans les écoles. Chaque enfant a l'opportunité d'y participer. Nous aimerions, dans ce travail, comprendre si ses effets sont positifs ou négatifs sur le comportement du jeune.

Selon le même auteur, l'institution sportive met du temps à uniformiser toutes les pratiques dans un même pays. La pratique sportive ne peut s'installer que si un espace est disponible et approprié. Dans les vieilles sociétés, les règles de jeux différaient souvent d'une vallée à une autre, c'est pour cela que l'espace était important. La diffusion des règles et des jeux se produisait grâce aux aménagements pratiques. Pour exemple, des clubs se formaient avec l'avancée des lignes de chemin de fer. Il ne faut pas oublier que le sport n'était, à l'époque, pas encore professionnel. Le temps libre reste un facteur important dans l'histoire du sport qui était considéré comme un loisir où l'homme avait la possibilité de persévérer, progresser et donc s'entraîner. Nous espérons, grâce à ce travail, comprendre dans quel état d'esprit les jeunes pratiquent une activité sportive. Aujourd'hui l'espace approprié et le temps libre sont deux facteurs à disposition des adolescents, il est donc intéressant de comprendre leur utilisation.

Toujours selon Vigarello, la sociabilité, le temps et l'espace sont des repères qui permettent de comprendre ce que sont les anciens jeux et les sports modernes. La sociabilité n'était pas égalitaire dans l'Ancien régime. En effet, le noble ne se mélange jamais au bourgeois, comme la femme à l'homme ou encore l'adulte à l'enfant. Toujours selon le même auteur, la société va évoluer au fil des années et, grâce aux manifestants, mettre en avant la valeur de l'autre pour moins de ségrégation.

Grâce à cela, nous pourrions penser que la pratique sportive ne souffre pas de ségrégation. Cependant, lors de notre travail, nous espérons comprendre s'il y a des risques à une activité sportive mal enseignée et quelles en seraient les conséquences.

2.1.3. Le sport et ses valeurs

Selon Michaël Attali (2004), les valeurs du sport se construisent au fil des années. Les Jeux Olympiques, se produisant tous les deux ans, permettent de les perpétuer. Cependant, une remise en question est nécessaire. Le sport représente certaines valeurs qui sont partagées, entre autres, grâce aux médias. Ils sont un appareil symbolique qui permet aux sports d'être connus et reconnus dans toutes les cultures. Les répétitions des

affirmations sportives et la valorisation des performances enlèvent tout soupçon sur l'inutilité du sport. De plus, ce n'est pas le sport qui prouve ses valeurs, mais bien les athlètes. Leur performance est le symbole du sport, ils sont son image.

En revanche, il ne faut pas oublier l'importance de la valeur du sport dans la société, c'est un modèle de comportement et de persévérance. Cette distinction est essentielle, le sport compétitif n'ayant pas les mêmes valeurs que le sport de « tous les jours ».

La principale valeur du sport est éducative. Elle permet d'incorporer les idéaux relationnels et de réaliser l'importance des actions individuelles et collectives. Grâce à ces notions, nous pouvons déduire que le sport peut être vu comme éducatif lorsqu'il permet de naturaliser certains rapports aux autres, certaines logiques et rend acceptables et même souhaitables certains comportements (Attali, 2004).

De plus, lors de notre entretien exploratoire, M. François Mercuri¹ a mis en avant l'importance du facteur de l'estime de soi dans le sport. Le sport serait un facteur d'intégration lorsqu'il permettrait d'acquérir une meilleure estime de soi. Cette valeur doit, selon lui, être prise en compte dans la pratique sportive.

Cependant, selon Gasparini (2005), le sport n'a aucune valeur intrinsèque, il n'est ni éducatif, ni intégrateur en soi. Le sport peut autant porter des valeurs d'intégration que d'exclusion. Cette exclusion se montre sous plusieurs formes, entre autre, le chauvinisme, le rejet des moins forts, le racisme ou l'élitisme. Nous en parlerons dans le chapitre consacré à l'exclusion.

Selon le sociologue Pierre Bourdieu (in Gasparini 2005), les règles du sport ne sont pas les mêmes que celles de la vie quotidienne. Ce que nous ne devrions pas négliger. En effet, le respect des règles sportives n'entraîne pas le respect des règles sociales.

Comme cité plus haut, le sport peut devenir un facteur d'exclusion dans la société. À l'époque, les différentes classes sociales ne se confondaient pas, les genres et les âges non plus. Bien que les mentalités aient évolué, nous pouvons toujours constater des différences de traitement dans le sport. Nous estimons peut être que certains sont réservés aux hommes, alors que d'autres le sont aux femmes. Les risques d'une norme déviée pourraient être, entre autres, le jugement. Dans ce travail, nous souhaitons confirmer ou infirmer ces dires en questionnant les jeunes.

Lors de nos recherches, nous avons clairement pu remarquer des divergences entre le sport professionnel et amateur. C'est principalement sur ce dernier que nous ciblerons la suite de notre travail afin de pouvoir mieux comprendre la valeur éducative qu'il entraînerait ou pas.

¹ François Mercuri, éducateur social, responsable de l'association « Sport pour Toi », entretien exploratoire effectué le 12.10.2012

2.1.4. Le sport et l'identité

Selon Defrance (2011), comme dans le cinéma, les jeunes s'identifient à des figures héroïques sportives. Il existe trois facteurs influençant fortement ces identifications : l'expression du talent à travers des prestations corporelles, la médiatisation des sports et l'audience massive et populaire. Nous avons relevé lors de nos recherches que les garçons tendraient à se comparer aux joueurs de football et les filles aux danseuses. Afin de vérifier cela, nous chercherons à comprendre qui sont les idoles des adolescents.

Comme dans les pratiques sociales, la femme et l'homme se partagent les tâches et les sports selon leurs attributs physiques. En effet, on encouragerait la femme à être, par exemple, danseuse et non haltérophile. Ceci n'est juste qu'un exemple illustrant bien l'importance du genre dans le sport. Nous traiterons de cette question plus tard dans notre travail.

Davisse et Louveau (1991) expliquent qu'heureusement la féminisation de certaines disciplines sportives se met en marche au fil des années. De nos jours, les jeunes filles pratiquent de la danse, de la gym ou encore de la natation synchronisée et les jeunes hommes choisissent plutôt le football ou les sports de vitesse. Mais heureusement, lors de certains événements comme les Jeux Olympiques, les idéologies sont cassées, ce qui nous permet de voir des femmes jouer au football, battre des records du monde en vitesse, mais aussi des hommes faire de la gymnastique. Cependant, le reste du temps, ces idéologies semblent rester. Nous pouvons donc, à ce stade, nous interroger sur le choix des sports enseignés lors des cours d'éducation physique pouvant pénaliser les garçons, les filles, les sportifs ou non-sportifs.

Le travailleur social a pour rôle d'être attentif aux inégalités comme celles présentes dans la différenciation de genre. Dans leurs ouvrages, Pierre Arnaud et Thierry Terret (1996a, 1996b), écrivent que les rapports entre le sport et la femme sont complexes. L'évolution des pratiques et des conceptions éducatives remettent en question l'identité de l'éducation physique féminine. La femme est physiquement différente de l'homme. Comme déjà cité, il existerait socialement des sports associés aux femmes et d'autres aux hommes. Comment le travailleur social pourrait-il intervenir et modifier ces inégalités ? S'il n'y a pas d'inégalité, comment pourrait-il perpétuer et utiliser les valeurs intrinsèques du sport ?

Peter Donnelly (1995) prétend que le sport produit et révèle des inégalités du point de vue des caractéristiques corporelles et des performances sportives. Par contre, du point de vue social, le sport a été considéré comme un grand niveleur. L'auteur analyse les inégalités sociales et la manière dont le sport peut lutter contre ces dernières.

Lors de ce travail, nous essayerons de définir comment le travailleur social pourrait, d'une manière adéquate, favoriser l'équité dans le milieu

du sport. Mais il nous paraît nécessaire de connaître cet outil afin qu'il soit utilisé correctement pour des effets plus positifs. Après quelques recherches, nous nous demandons si le sport favorise systématiquement l'estime de soi ou l'intégration et si la manière dont il est utilisé influence ses effets. Dans la suite de nos recherches, nous tenterons d'en connaître davantage sur son utilisation en tant qu'outil, ses effets et le rôle du travailleur social.

2.1.5. Le sport et l'éducation

Selon Michaël Attali (2004), toutes les expériences peuvent être éducatives. Certaines d'entre elles sont organisées par des institutions telles que des écoles, des associations, des sociétés, etc. Il est, de nos jours, difficile de parler de sport sans parler de sa part éducative. En effet, chaque manifestation sportive, qu'elle soit locale ou internationale, repose sur ses vertus éducatives.

Toujours selon Attali, le sport est souvent considéré comme positif. Cependant, à l'époque, son intérêt éducatif n'était pas mis en avant dans le milieu scolaire. C'est dans les années soixante que le sport est amené aux enfants afin de véhiculer les valeurs des Trente Glorieuses qui sont, entre autres, progrès, réussite et cohésion sociale. Le sport est considéré comme un des meilleurs moyens d'éducation. Hormis son côté éducatif, de nombreuses vertus lui sont attribuées. En effet, il favoriserait les comportements responsables, pacifiques, démocratiques et la construction de la personnalité. Il permettrait également le développement de la confiance en soi. De plus, étant accessible à des personnes en situation de handicap, à des immigrants ou à des délinquants, le sport est aussi considéré comme un moyen d'intégration sociale.

L'UNESCO évoque également les bienfaits et les valeurs du sport dans la Charte internationale de l'éducation physique et du sport du 21 novembre 1978 : « Convaincue que la préservation et le développement des possibilités physiques, intellectuelles et morales de l'être humain améliorent la qualité de la vie sur le plan national et international, affirmant que l'éducation physique et le sport doivent renforcer leur action formatrice et favoriser les valeurs humaines fondamentales qui servent de base au plein développement des peuples, en conséquence que l'éducation physique et le sport doivent tendre à promouvoir les rapprochements entre les peuples comme entre les individus, ainsi que l'émulation désintéressée, la solidarité et la fraternité, le respect et la compréhension mutuels, la reconnaissance de l'intégrité et la dignité des êtres humains. » (L'UNESCO, cité par Attali, 2004 : 157).

Par ailleurs, Robert Badinter (cité par Attali, 2004 : 160), ancien ministre français de la Justice, cite : « Le sport n'est pas seulement une pratique, il est aussi une éthique ». En effet, faire du sport n'est pas seulement réaliser une performance physique c'est aussi respecter des valeurs, des

règles, avoir une maîtrise de soi ou la reconnaissance de chacun. La réflexion confirme et nous fait prendre conscience que le sport a un lien fort avec la vie en société.

De plus, ce même auteur explique dans son livre que selon une autre étude faite par la communauté européenne, l'école est un lieu idéal pour motiver un élève à effectuer une pratique sportive régulière, non seulement pour la victoire mais aussi pour la participation de tous, en adaptant les sports à leur environnement social et personnel. Cela leur aidera à acquérir des valeurs telles que la discipline, la coopération ou le contrôle de soi.

Selon Michaël Attali (2004), il est évident que le sport favorise le lien social, la démocratie, la solidarité et la lutte contre le racisme. La pratique sportive est considérée comme une école des valeurs. Cependant, il faut rester attentif au fait que le sport peut engendrer des effets négatifs comme la violence, le dopage, l'individualisme, la vanité, la tricherie, la tromperies, le racisme, le sexisme ou bien d'autres encore.

2.2. L'adolescence

Afin de rendre notre travail le plus pertinent possible, il est important de développer le sujet de l'adolescence. En effet, mieux comprendre ce stade du développement nous permettra d'approfondir au mieux notre travail de recherche. Nous essayerons de saisir les raisons pour lesquelles le sport influence ou non le comportement des jeunes.

L'adolescence se situe, selon Pierre Debesse (1971), entre 12 et 18 chez les filles et entre 14 et 20 ans chez les garçons. C'est pourquoi nous nous focalisons sur la tranche d'âge des 12 à 15 ans. Mais d'autres auteurs comme Alain Braconnier et Daniel Marcelli (1998) prétendent que l'adolescence débute vers 12 ans, mais que sa durée s'est prolongée au fil des années. De nombreuses théories s'opposent concernant l'âge de sortie de l'adolescence.

2.2.1. Définition de l'adolescence

- **Historique**

Selon Michel Claes (1983), pendant les années précédant la Renaissance, l'adolescence n'existait pas. Elle ne décrivait aucun stade du développement humain. Durant l'époque de la Rome antique, seules trois étapes du développement existaient. Ces dernières étaient l'enfance, l'âge adulte et la vieillesse. Ce n'est qu'à la Renaissance que le terme « adolescence » est apparu grâce aux travaux du pédagogue Cormanienus (1552-1670).

Cependant, ce n'est qu'à la Révolution industrielle, alors que le contrôle de la famille sur les adolescents s'est prolongé jusqu'au mariage, que ce terme est apparu comme nous le connaissons à présent.

- **Étymologie**

Pour mieux, comprendre ce terme de « l'adolescence », Anne-Marie Rocheblave-Spenlé (1969) nous offre une explication intéressante de l'origine du terme « adolescence ». Ce mot est issu du latin « adulescens » qui est le participe présent du verbe grandir « adolescere ». Il est important de relever que ce verbe désigne un processus et non un état. On constate donc que l'adolescence est considérée comme le passage d'un stade à un autre soit le passage de l'enfant à l'adulte.

- **Définition**

Les définitions de l'adolescence sont très diverses. Elles diffèrent d'un dictionnaire à l'autre car, comme cité plus haut, il est difficile d'établir le début et la fin de cette période. Certains prétendent qu'elle débute à la puberté et d'autres qu'elle correspond à la maturation sexuelle. Concernant la fin de ce stade, elle s'arrêterait à la maturité, c'est-à-dire à l'âge adulte. Cependant, il semble également difficile de définir le moment où la personne deviendrait « mature ».

Annie Birraux (1994) définit l'adolescence comme un processus bousculant le rapport qu'a le jeune au monde et à soi, ce qui lui permettrait de quitter son univers de pensée de l'enfance et de s'inscrire dans la communauté adulte. L'adolescent peut alors acquérir son autonomie, la capacité d'aimer, de jouir et de travailler.

L'adolescence est décrite comme étant une période de vie marquée par des événements impliquant de nombreux changements dans la vie de l'adolescent. Ces derniers peuvent être de nature différente comme psychologique, physiologique, sexuelle ou même cognitive.

2.2.2. Les stades du développement selon E. Erickson

Eric Erickson (1972) classifie le développement par 9 stades. Pour notre travail, nous ne développerons que le 5^{ème}, celui de l'adolescence.

Selon le même auteur, la phase de l'adolescence se conclut par la clarification de qui l'on est, plus précisément de l'identité du Moi. L'adolescent est préoccupé par son développement physique car il ne connaît pas son corps et ignore comment les autres le voient. De plus, il ne sait pas s'il sera capable d'acquérir les capacités à obtenir l'estime de la société. L'idéal pour l'adolescent est d'accepter les changements physiques ou sexuels mais aussi de ressentir le besoin d'être apprécié sur le plan physique et de l'intégration sociale. Il a le besoin de se sentir reconnu.

Dans ce stade, l'adolescent s'identifie à des héros ou des idoles et aura même tendance à perdre sa propre identité. L'adolescent peut ne pas saisir qui il est, il peut y avoir confusion des rôles et un sentiment d'insécurité. C'est également dans cette période que se forment les

groupes de pairs. Ces sujets seront approfondit plus tard dans nos recherches.

Les théories d'Erick Erickson montrent à quel point le corps est un élément important dans le développement de l'adolescent. Nous pouvons déjà, à ce stade, nous demander par quels moyens un jeune pourrait-il se sentir valorisé ou estimé par la société ? Quels outils seraient bénéfiques au développement de l'adolescent ? Le sport en fait-il partie ? Et comment un travailleur social pourrait-il intervenir à ce niveau ?

2.2.3. Les besoins de l'adolescent

Selon Michel Fize (2006), il existe 7 besoins de l'adolescence qu'il est important de prendre en compte.

- Le besoin de confiance, pour acquérir l'estime de soi et le sens de la prise des responsabilités
- Le besoin de dialogue, de communiquer avec la famille
- Le besoin de sécurité, auprès d'un adulte non autoritaire
- Le besoin d'autonomie, apprendre le savoir, le savoir-faire et le savoir-être
- Le besoin de responsabilités, de se sentir utile
- Le besoin d'affection, d'aimer et d'être aimé
- Le besoin d'espoir, de croire en l'avenir

En nous basant sur ces besoins, nous pouvons faire un lien avec Maurice Debesse (1971) qui prétend qu'une des conditions pour qu'une adolescence soit réussie est qu'elle se réalise et s'épanouisse. Les besoins cités, ci-dessus par Michel Fize (2006) pourraient, en étant comblés, permettre l'épanouissement de l'adolescent.

Le sport pourrait-il aider à combler tous ces besoins ou au contraire n'aurait-il pas l'effet inverse ? En reprenant un par un ces besoins, nous nous questionnons sur l'effet qu'aurait le sport sur ces derniers. Concernant le besoin de confiance ou d'estime de soi, le jeune peut-il, en pratiquant des sports comme la course à pied, apprendre à avoir confiance en lui ? Ou au contraire, s'il se retrouve en difficulté, peut-il se retrouver en échec face à lui-même et perdre toute confiance et estime de lui-même ?

2.2.4. La socialisation de l'adolescent

Selon Richard Cloutier et Sylvie Drapeau (2008 : 129), la socialisation se définit comme : « le processus d'acquisition des comportements, des attitudes et des valeurs nécessaires à l'adaptation sociale de l'individu ». Ce processus de socialisation débute dès les premières relations humaines et se termine lorsque l'équilibre adaptatif est stable. Ceci peut

durer toute la vie. Ce n'est donc pas à l'adolescence que tout débute mais les transformations physiques et mentales changent le rythme. Le jeune a un besoin d'indépendance, d'être autonome, de se gouverner tout en respectant des règles, des limites et des normes qu'il doit s'approprier afin d'être accepté par les autres. Tout ceci se passe dans les contextes de vie sociale qui sont la famille, l'école, le réseau d'amis, les emplois, etc. Ces derniers ont des exigences, des règles et des valeurs propres à eux-mêmes.

Il existe diverses tâches qui font partie de ce processus de socialisation. L'adolescent se voit confronté à un rôle social masculin ou féminin qui définit ses rapports sociaux. Pour notre travail, nous avons retenu certaines tâches d'Havighurst (1972) qui sont les suivantes :

- Adopter un comportement social responsable
- Établir des relations nouvelles et plus adultes avec les pairs des deux sexes.
- Assumer un rôle social masculin ou féminin
- Accepter son corps tel qu'il est et l'utiliser efficacement

L'accomplissement de ces tâches est important pour l'adolescent et son développement. Nous verrons l'importance que le jeune accorde aux relations et à son corps, comment il le voit et comment les autres le perçoivent. Plusieurs enjeux sont en cause comme l'estime de soi. Un sportif accomplira-t-il plus facilement ces tâches qu'un non-sportif ? Le sport serait-il, dans ce cas-là, un facteur favorisant la socialisation ?

2.2.5. La socialisation par les loisirs

Toujours selon le même auteur, la vie sociale des adolescents se construit par deux grandes catégories : les activités structurées et les activités non-structurées. Les activités structurées impliquent généralement un encadrement et une animation de la part d'adultes, des rencontres régulières et des objectifs de développements d'habiletés pour les jeunes. Quant aux activités non-structurées, elles sont centrées sur le contact entre les pairs, elles n'impliquent pas de rencontres planifiées, de règles explicites, ni de suivi par des adultes.

D'après Kerr et Stattin (2007), les adolescents ayant des problèmes d'adaptation et des conduites antisociales ont un taux élevé de participation à des activités non-structurées comme « traîner en ville ». Les jeunes mieux adaptés ont plutôt tendance à pratiquer des activités structurées. Proposer une activité sportive influencerait-il donc l'adaptation des jeunes ?

Après avoir contrôlé divers éléments comme le sexe, les notes scolaires et différentes caractéristiques personnelles, Stattin et ses collaborateurs (2005) ont pu mettre en avant le fait que les activités structurées sont favorables à l'adaptation et le bien-être des jeunes.

Selon Persson et ses collaborateurs (2007), avec les années, le jeune a tendance à diminuer ses activités structurées. L'auteur a cherché à comprendre pourquoi certains adolescents sont davantage engagés dans des activités structurées alors que d'autres les abandonnent. Après de nombreuses recherches, l'auteur constate que les raisons de cet abandon sont la pression ressentie dans l'activité, le manque de compétences pour y réussir, les contraintes de temps et l'attrait que les jeunes éprouvent pour d'autres activités.

Les chercheurs mettent en avant que les amis sont les principales sources d'influence. Les jeunes pratiquant une activité structurée avec des amis ont plus tendance à y rester et ne pas abandonner. Cependant, les parents sont aussi une source d'influence. Selon les recherches effectuées, les jeunes qui s'entendent bien avec leurs parents n'auront pas de problèmes avec la présence d'adultes dans leurs activités structurées. À l'inverse, les adolescents en conflits avec leurs parents fuiront les contextes où il y a une autorité donnée par un adulte.

Nous pouvons nous questionner quant à ces pratiques structurées. Pouvons-nous conclure qu'elles sont favorables à une meilleure adaptation du jeune et permettrait son intégration ou au contraire, comme il est cité plus haut, peuvent-elles mettre le jeune en situation d'échec de par un manque de compétences ou du moins un manque de valorisation de ces dernières ?

2.3. Le corps à l'adolescence

Selon Bernard Andrieu (2002), l'individu doit prendre conscience de son corps pour combler les difficultés à s'intégrer dans la société. Depuis la crise économique et le taux de chômage qui augmente, le corps social aurait de moins en moins la fonction d'intégration. Il se pourrait que, pour cette raison, l'individu se sente obligé de contrôler son corps pour ne pas devenir un simple objet de la société.

Toujours selon Andrieu, le sportif utilise l'entraînement comme un rituel quotidien le poussant dans ses limites. Ce rituel transforme son corps alors que le rite reste une insertion sociale pour le sportif. Autrefois, selon Michel Foucault, cité par Andrieu (2002), les sportifs grecs ou romains utilisaient le sport comme une médecine de l'âme, tandis qu'aujourd'hui il est utilisé pour la maîtrise de son corps.

Par ces quelques lignes, nous relevons l'importance sociale du corps à l'âge adulte. Cependant, selon nous, le corps doit se construire, il a une histoire, un passé. Il doit, comme la mémoire, faire face aux périodes de l'enfance et de l'adolescence. Pendant ces périodes, la puberté, le culte du corps, le changement d'identité ou encore l'identité sexuée ont été des enjeux importants. Jean-Paul Matot (2012), Gérard-Philippe Guasch (1973), Alain Braconnier et Daniel Marcelli (1998) tentent de définir et de comprendre ces enjeux. Nous nous inspirons de leurs théories pour ce chapitre sur le corps.

Nous commencerons par les changements pubertaires qui pourraient influencer un changement de l'identité mais aussi définir une identité sexuée. Puis nous définirons les proportions dites « normales » du corps et les conséquences que cette marginalisation pourrait provoquer. Nous espérons que ces explications nous aideront à mieux comprendre l'importance du corps à l'adolescence.

2.3.1. La puberté

La puberté rime souvent avec crise d'adolescence. Debesse (1971) contredit la thèse que cette crise, influencée par les classes sociales et les civilisations et introduisant l'adolescence, soit un fait établi. Selon ce même auteur (1958), tous les adolescents ne passent pas par une crise. Certains ont un développement plus régulier. Debesse prétend qu'il serait plus correct de parler d'un terrain conflictuel qui peut ou non aboutir à une crise. Cependant, il est certain que l'adolescent se retrouve face à des changements pouvant fortement influencer son comportement.

Selon Rocheblave-Spenlé (1969), les changements physiologiques de l'adolescent ont un impact plus important sur l'individu que durant l'enfance. Le nombre incalculable d'ouvrage à ce sujet le prouve. Ces changements sont, par ailleurs, les plus évidents à distinguer.

Selon Gérard-Philippe Guasch (1973), l'adolescence commence dès les premiers signes pubères. Mais nous ne pouvons cependant pas les confondre. La puberté est un phénomène biopsychologique et est commune à l'homme et à l'animal, tandis que l'adolescence est un phénomène psychosocial et elle est spécifique à l'homme. Ce chapitre semble essentiel à notre travail pour nous aider à comprendre les enjeux liés à la pratique sportive et à l'adolescence.

Le mot puberté vient du latin « pubes », dont la traduction est à la fois poil et signe de virilité.

- **Biologique**

Toujours selon Guasch, la puberté est la période de vie après la naissance et avant la mort, où l'individu doit faire face à des changements corporels importants. C'est un phénomène hormonal qui est déclenché par la maturation de l'organisme. L'hypophyse² se met à sécréter des hormones stimulantes. Suite à cela, d'autres glandes, comme la thyroïde, les ovaires ou les testicules se mettent à déverser leurs hormones dans le sang. Le corps change en commençant par une poussée de croissance. L'âge de la puberté varie selon l'environnement ou les sexes. Les limites normales extrêmes seraient pour le début de 9 à 16 ans et pour la fin entre 13 et 20 ans.

Guasch affirme que les enfants de classes aisées sont pubères plus rapidement que ceux de milieux défavorisés, les facteurs socio-économiques en seraient la cause. L'auteur décrit des étapes

²Glande endocrine située à la base du crâne (Le Robert pratique, 2011)

pubertaires sous forme de tableau (Ibid. : 20), il prévient toutefois que l'ordre n'est pas universel.

Garçons	Filles
Poussée de croissance <ul style="list-style-type: none"> • En taille d'abord • En poids ensuite 	Poussée de croissance <ul style="list-style-type: none"> • En taille d'abord • En poids ensuite
Accroissement de la force musculaire	Développement musculaire plus lent et plus faible
Élargissement modéré du bassin	Élargissement sensible du bassin
Augmentation de volume des testicules puis du pénis	Saillie de l'aréole des seins
Apparition des poils pubiens	Apparition des poils pubiens
Développement des organes génitaux	Développement des seins
Agrandissement du larynx Saillie de la pomme d'Adam Mue de la voix	
Poils sous les aisselles	Poils sous les aisselles
Première éjaculations (14-15 ans)	Premières règles (13-14 ans)
Apparition de la moustache puis de la barbe	
La peau s'épaissit	La peau reste fine
Fin de la croissance (18-20 ans)	Fin de la croissance (16-18 ans)

Tableau 1 Étape de la puberté selon Guasch (1973)

Ce tableau montre les étapes de la puberté. Lorsque l'ordre indiqué n'est pas respecté, l'adolescent et sa famille s'inquiètent. Selon Guasch (1973), cela pourrait provoquer des difficultés autant au niveau scolaire, familial que social. Nous relevons ces étapes car le sport met en jeu ce corps changeant et dans certains cas l'expose comme dans le beachvolley ou tout simplement dans les vestiaires.

- **Psychologique**

Toujours selon Guasch, le travail psychique de l'adolescent suit la maturation de ses hormones. L'adolescent doit accepter son nouveau corps et ses nouvelles formes. Il doit être conscient qu'il n'est plus un enfant et doit accepter ses pulsions. À ce processus, deux problèmes vont s'imposer :

- **La reconnaissance de son corps** : il doit remettre en question les relations intimes qu'il entretenait avec lui-même, dû à ses transformations.

- **La maturation sexuelle** : il doit gérer et comprendre les conflits socioculturels liés à la pratique sexuelle.

Souvent à la puberté, la morphologie se modifie. Une disharmonie à laquelle l'adolescent n'est pas toujours préparé se crée. Heureusement, il est aujourd'hui rare qu'un enfant ne s'attende pas et ne connaisse rien aux changements physiques. Cependant, être averti et connaître les effets ne suffit pas, il faut pouvoir en assumer les conséquences et être prêt à vivre cette situation.

Selon Guasch, le trouble est plus durable chez un adolescent qui a un retard ou une disharmonie dans l'apparition des signes pubertaires. Tout cela entraîne souvent des difficultés dans le processus d'identification. L'adolescent se sent trahi par son corps et ressent un sentiment de dépersonnalisation. Pendant ces changements, l'adolescent devient maladroit et doit faire face à un nouveau corps qu'il ne connaît pas encore. Si nous voulons faire le lien avec le sport, nous pouvons penser qu'il pourrait être un bon moyen de faire face à ce développement, s'il permet à l'adolescent de développer sa morphologie. D'un autre côté, si l'adolescent est maladroit et qu'il a perdu sa coordination suite à ces changements, il pourrait peut-être alors perdre sa confiance en lui et devoir faire face à des moqueries.

Par ailleurs, selon Anne-Marie Rocheblave-spenlé (1969), durant l'adolescence toute l'attention se porte sur le corps qui représente la manifestation de la personnalité. Le jeune commence à être conscient de ses changements physiques et passe des heures devant la glace à examiner et à critiquer son corps qui peut être un facteur de gêne.

L'adolescent à cet âge a peur de se faire remarquer, d'attirer l'attention et d'être critiqué à cause d'un défaut physique. Chaque détail compte et doit entrer dans la norme. De nombreux adolescents atteints d'acné sont victimes de réactions très fortes. Ils ont le sentiment d'être l'objet de dégoût. Chaque détail est exagéré et provoque une anxiété chez le jeune.

Il existe un phénomène intéressant chez les garçons, qui avant l'adolescence n'étaient pas gênés en étant négligés ou même sales. Après la puberté, les préoccupations sont les ongles, le visage, les vêtements ou les cheveux. Ausbel (in Rocheblave-Spenlé, 1969) explique cela par un attrait plus marqué pour le sexe opposé, une affirmation de son droit à la position d'adulte et la satisfaction de son besoin de conformité aux normes du groupe.

Concernant les adolescentes, selon Moulin et Lacombe (2003), elles ont un rapport très contrôlé à leur corps et cherchent la perfection esthétique. Durant cette période pubertaire et de recherche d'identité, de nombreuses adolescentes ne considèrent pas la pratique sportive. Le sport favorise les rencontres et la détente mais il implique de se dévoiler, de montrer son corps. Ce corps tabou n'est pas sans sueurs, rougeurs, rondeurs ou tenues de sport souvent trop amples.

Les adolescentes tentent de cacher leur corps et leur imperfection, posant tant de problème, par les crèmes, l'épilation, le maquillage ou le parfum. Pour terminer, tout ceci est amplifié par le regard masculin lors de la pratique sportive. Cette période pubertaire favoriserait l'abandon sportif chez les adolescentes.

De plus, après plusieurs lectures, nous avons pu constater que le sport, exercé à un certain niveau, pouvait, pendant la puberté, avoir de graves conséquences sur le développement de l'adolescent. Il pourrait, entre autres, provoquer des troubles cardiaques ou encore des problèmes osseux.

Le sport permettait-il donc d'accepter plus facilement son corps en y étant confronté ou au contraire, accentue-t-il l'obsession que lui accorde le jeune ? La pratique sportive implique une certaine exposition de son corps, ceci influence-t-il les critiques touchant au physique ? En conclusion, cette période peut engendrer énormément de bons ou de mauvais changements tant au niveau physique que psychologique. Guasch explique que l'adolescent peut en effet ressentir une non-valeur personnelle qui perturbera ses relations.

2.3.2. Les normes du corps

Selon Guasch (1973), l'adolescent doit gérer le désir de se conformer aux normes des enfants du même âge. Pour certains, il est une préoccupation majeure et ce désir devient une compétition. Par exemple, un jeune de petite taille, due à un retard morphologique sera souvent considéré comme étant plus jeune que ce qu'il est. Il pourrait se sentir rejeté par les plus grands. Toutes les remarques qu'il peut entendre peuvent provoquer des difficultés dans l'affirmation de soi et créer un sentiment de frustration qui pourrait parfois conduire à une exclusion sociale.

Selon Guasch, comme la taille, le poids est associé à la reconnaissance et aux normes. L'idéal est souvent défini par la mode du moment et varie selon les temps. Depuis quelques années déjà, l'idéal est la minceur. Un parent, à contrario, dira qu'un enfant en bonne santé est un enfant bien portant. Le corps peut devenir une forme de langage pour l'adolescent, certains ne seront pas stables et passeront de la maigreur à la limite de l'obésité. Dans ces moments, le psychisme se sert du corps de l'adolescent pour communiquer.

Nous pensons que ce chapitre sur les normes du corps est important car les adolescents accordent énormément d'importance aux regards des autres. Dans l'ouvrage de Guasch (1973 : 97), beaucoup de témoignages d'adolescents sont mentionnés. Un d'entre eux a particulièrement retenu notre attention, celui de Sophie, 14 ans, mesurant 1,58 m pour 56 kg : « Vous avez vu quelle allure j'ai. Je suis toute boudinée, j'ose même plus me mettre en short pour le sport. Et quand je suis en pantalon, c'est pire encore ! ».

Cet exemple nous permet de faire le lien entre le corps et le sport. Il est souvent demandé aux élèves de se mettre en tenue de sport à l'école. Cela peut poser problème aux élèves qui ne sont pas en accord avec leur corps. Une mise à l'écart, volontaire ou involontaire, pourrait être créée de la part de l'élève lui-même ou des autres. Par ce travail, nous aimerions savoir si ce problème touche plus particulièrement les filles devant faire face à de nombreux changements corporels et qui sont peut-être plus influencées par l'image idéale envoyée par les médias.

2.3.3. La construction identitaire

Plusieurs auteurs citent différentes théories sur la construction identitaire et sur la personnalisation du corps. Dans ce chapitre, nous allons tenter d'en citer une partie pour mieux comprendre cette étape de l'adolescence.

Tout d'abord, Marcelli et Braconnier (1998) définissent l'identification comme un processus où le jeune suit un modèle auquel il adapte ses transformations. Ces modèles seront souvent extra-familiaux pour faire la coupure avec l'environnement familial, il peut le trouver dans le milieu scolaire, sportif ou autre. Cette nouvelle identification est souvent la cause des nouveaux enjeux sociétaux auxquels il doit faire face. Selon le Dr Pierre Galimard (1968), l'adolescent a besoin de ces modèles à admirer et imiter. Cette identification est importante dans l'organisation du Moi. Elle se fait fréquemment envers les sportifs ou les vedettes de la chanson et du cinéma.

Les causes de ce besoin d'identification sont le sentiment d'impuissance face au monde qu'il découvre et ses nombreuses interrogations. À ce moment, l'adolescent souhaiterait ressembler à telle ou telle personne.

Alors qu'à cette période de sa vie l'adolescent voit mal ou même pas du tout son avenir, l'identification lui permet de se projeter dans le futur. La personne à qui il s'identifie est comme une étape qui lui permet de se reposer et s'accrocher.

De plus, durant cette période, le corps est étrange. Selon Matot (2012), il est à la fois propre à l'individu et intimement personnel. Il est imprévisible, l'individu n'a aucun contrôle sur son corps. Au moment de la puberté, il le devient encore plus et l'adolescent doit apprendre à le maîtriser et vivre avec son nouveau corps. Il doit aussi accepter la déconstruction de son corps qui était investi par les parents. Il doit faire le deuil de son corps d'enfant, mais doit aussi se projeter dans celui d'adulte. Ce processus mène à une indépendance au niveau personnel et familial.

Selon Le Breton (in Matot, 2012), la personnalisation du corps passe par la souffrance. Les piercings ou les tatouages sont des prises de possession de leur corps. Pour cet auteur, une bataille et des blessures doivent être endurées par l'adolescent pour qu'il prenne conscience de son nouveau

corps. Dans ce cas, peut-on aussi dire que le sport est un moyen de faire souffrir son corps ?

Winnicott (cité par Matot, 2012 : 218), accorde de l'importance à la personnalisation. Il écrit que ce processus mène à une « habitation du corps par la psyché » tout en précisant que ce processus montre que l'enfant est en bonne santé. C'est une preuve que ce dernier est capable de se dépersonnaliser en se retirant d'une relation où régnait la confiance. Le fait de se retirer d'une relation ne veut pas dire que l'intégration n'est pas réussie mais qu'il est assez indépendant pour vivre sans ce soutien et acquérir sa propre personnalité.

Moses Laufer (in Matot, 2012), explique que les changements pubertaires ne sont pas seulement vus par les adolescents comme une perte de contrôle, mais aussi comme une puissance extérieure qui les influence. Cela peut faire ressortir des vécus de persécution ou de passivité liés inconsciemment à leur passé. L'écrivain fait un lien avec une situation vécue où un jeune pratiquait intensément du sport. Il explique que l'investissement que ce jeune mettait dans le sport était une manière de reconnaissance narcissique, ce qui peut devenir problématique. Le sport lui permettait de s'identifier à son père, mais ce jeune souhaitait également avoir la possibilité de découvrir d'autres environs différents. Le risque d'un désinvestissement du sport peut se reporter sur la scolarité ou sur la vie sociale. Nous avons pu constater que le sport peut être une manière de stabiliser un jeune dans son développement, mais aussi, le déstabiliser et avoir des influences conséquentes dans plusieurs niveaux de sa vie.

Toujours selon Matot, nous pouvons donc retenir que les débuts de l'adolescence demandent un remaniement de la construction identitaire. Il provoque un déséquilibre et fait parfois ressortir un passé douloureux. Il est évident que le déséquilibre est en rapport avec les traumatismes vécus dans l'enfance, plus ce dernier est fort, plus le déséquilibre le sera. Comme nous l'avons déjà vu, l'adolescent doit pouvoir compter sur son entourage familial et social pour garder une base stable.

Nous espérons compléter ces théories avec les résultats de notre questionnaire. Nous voulons comprendre si le sport peut devenir une stabilité à cette période de la vie ou si, au contraire, il peut bouleverser le développement du jeune.

Concernant l'identification, nous pouvons nous questionner face à son influence. Quelles répercussions aura-t-elle sur lui et son avenir ? Si le jeune s'identifie à un joueur de football, est-il réellement influencé dans sa pratique sportive ? Et ont-ils tendance à s'identifier à une personne du même sexe ou du sexe opposé ?

2.3.4. L'identité sexuée

Selon Marcelli et Braconnier (1998), la reconnaissance et l'acceptation de son nouveau corps sont essentiels au développement de l'identité

sexuée. Les transformations du corps imposent le choix entre le masculin et le féminin. L'adolescent doit accepter son corps sexué et la rupture de ses liens de dépendance avec ses parents. Il doit pouvoir se projeter dans l'avenir et maîtriser les émotions et les affects.

Comme cité précédemment, nous pouvons souvent constater que les adolescents passent des heures devant un miroir pour observer leur corps. Ceci est un processus tout à fait normal, l'adolescent doit connaître ce nouvel objet qui est unique et doit se l'approprier. C'est aussi une conséquence de la pression mise par la société sur l'image idéale. Après cette reconnaissance, l'adolescent peut se sentir maître de son corps dans tous les domaines de sa vie, que ce soit sur le plan individuel, dans le rapport avec l'autre ou dans le plan professionnel. Le jeune doit parfois lutter entre le changement de son corps et ses envies. Au contraire de l'enfance où le petit garçon peut encore jouer à des jeux de filles sans que son identité soit remise en question.

Nous pouvons lier cette théorie à notre travail. Un enfant sera souvent amené à faire un sport commun à son genre. Comme dans le célèbre film « Billy Elliot » de Stephen Daldry (2000) où le père pousse son fils à pratiquer de la boxe alors que ce dernier est plus attiré par les cours de danse classique. Nous pouvons voir que le garçon est tiraillé entre son envie de danser et la peur de décevoir son père.

Pour approfondir ce sujet et mentionner les attitudes psycho-sexuelles liées au corps, nous pouvons nous référer aux théories de Rocheblave-Spenlé (1969). Selon elle, la structure du corps est influencée par les hormones mais ces dernières ne semblent pas avoir de répercussion sur les identités sexuelles. Cependant, si un garçon possède une morphologie plutôt féminine, il sera moins apte physiquement à effectuer des travaux physiques. L'influence des autres entre déjà en jeu à ce moment. En effet, l'adolescent en se comparant aux autres peut se percevoir en étant morphologiquement masculin ou plutôt féminin.

Par ailleurs, si un jeune garçon avec une morphologie féminine désire ressembler à son père fort et viril, il fera abstraction de son apparence féminine et compensera par des pratiques masculines ou des comportements dits virils ou même brutaux. D'une autre part, il peut également adopter une posture de résignation, une attitude passive ou même en proie aux doutes face à son orientation sexuelle.

La morphologie des jeunes influence l'acceptation de soi, comme garçon ou comme fille. À ce moment, il s'agit d'être comme les autres les voient et non seulement comme ils se voient eux-mêmes. Selon plusieurs auteurs cités dans nos recherches, ce sont les jugements des autres qui influencent la manière dont nous voyons notre corps.

Cette vision du corps influence particulièrement l'estime de soi d'une personne et encore plus celle des jeunes adolescents qui sont en pleine construction identitaire. N'oublions pas que cette même estime de soi est une des vertus importantes accordées au sport.

2.3.5. L'estime de soi

Comme dit précédemment dans le chapitre du sport et ses valeurs, M. François Mercuri³ met en avant l'estime de soi en tant que valeur primordiale du sport. Nous pensons donc intéressant d'approfondir ce sujet dans notre travail.

Selon Duclos, Laporte et Ross (2002), l'estime de soi diffère de plusieurs secteurs de vie. Elle se forge grâce à l'opinion que la personne se fait d'elle-même sur le plan physique, intellectuel et social. Lorsqu'une personne a une bonne estime dans la plupart de ses plans, son estime générale sera bonne. Elle sera prête à faire des choix personnels, à s'affirmer et à expliquer ses idées ou ses opinions. Lors de l'adolescence, le jeune est en pleine construction identitaire, ce qui permet un développement favorable ou non de l'estime de soi.

Selon Andre et Lelord (2011), l'estime de soi repose sur trois piliers :

- **L'amour de soi** mène à une stabilité affective qui aide à faire face aux critiques. Si ce pilier n'est pas acquis, l'individu ne se sentira pas à la hauteur.
- **La vision de soi** est importante pour aller au bout de ses ambitions et de ses projets, elle aidera à surmonter les obstacles. En cas de manque, l'individu dépendra des avis de son entourage et aura peu de persévérance.
- **La confiance en soi** aide à accepter les échecs, si l'individu n'acquiert pas ce dernier pilier, il abandonnera plus facilement et hésitera dans ses actions.

Si nous complétons cette théorie par le schéma de Fox et Corbin (in Delignières, 2008 :54), nous pouvons alors remarquer l'importance de la valeur physique perçue.

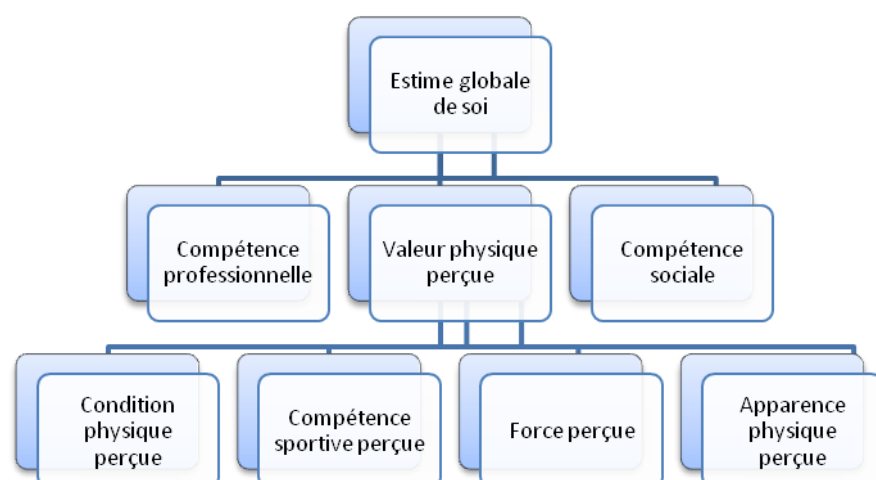


Figure 1 Modèle hiérarchique de l'estime de soi de Fox et Corbin

³ François Mercuri, éducateur social, responsable de l'association « Sport pour Toi », entretien exploratoire effectué le 12.10.2012

Ces deux auteurs considèrent l'estime de soi comme une construction hiérarchique menant à un sommet atteignable si tous les piliers sont acquis. Nous pouvons ainsi comprendre que les trois premières valeurs comprennent tous les niveaux de vie d'un individu. En ce qui concerne notre travail, il est important de réaliser comment un individu perçoit sa valeur physique. Grâce à ce schéma, nous pouvons comprendre la raison pour laquelle les quatre éléments de base, condition physique perçue, compétence sportive perçue, force perçue et apparence physique perçue, sont essentiels. Ils permettent à l'individu de créer un sentiment qui le mènera à une bonne ou une mauvaise estime de soi.

Suite à ces différentes théories, nous constatons que l'estime de soi est la finalité d'un long chemin. Celui-ci se construit tout au long d'une vie. Dans plusieurs de nos lectures, nous avons pu constater qu'un adolescent pouvait souffrir d'un manque d'estime de soi tout autant qu'un adulte. Il faut cependant, en tant qu'adulte, être attentif aux signes d'une faible estime de soi chez un adolescent, car celui-ci peut avoir, pour faire face à ses sentiments, des comportements dangereux pour lui ou pour son entourage. Tout au long de notre travail, nous allons tenter de faire des liens entre l'importance de l'estime de soi et une bonne intégration.

Est-ce que le sport est un facteur d'intégration ou d'exclusion ? Nous espérons, avec cette question, pouvoir faire un lien indirect entre le sport et l'estime de soi. Cependant, pour ce chapitre, nous allons nous concentrer sur l'importance de l'aspect physique à l'adolescence. Celui-ci comporte l'apparence, les habiletés et l'endurance.

Selon Andre et Lelord (2011), l'apparence physique a un rôle conséquent dans l'estime de soi, car elle est la plus immédiate. Il n'y a pas besoin d'examen ou de compétition pour l'évaluer. Elle est visible dans tous les contextes et dans tous les moments de la vie. Elle est aussi l'une des premières choses auxquelles l'individu est confronté à son réveil et va déterminer la valorisation ou la dévalorisation accordée à la personne.

Toujours selon les mêmes auteurs, cette valorisation est peut-être plus forte chez le garçon que chez la fille, car il est habitué à prendre plus de risques physiques et sociaux. La jeune fille se concentrera, plutôt sur les échanges et les règles. Il est aussi important de préciser que les filles ne sont pas moins attirantes ou moins intelligentes que les garçons à cet âge. Cependant, nous pouvons remettre en question l'attitude de l'entourage. Les parents tendent à accepter plus facilement la timidité chez une fille que chez un garçon ou, au contraire, attendent plus de docilité chez une demoiselle que chez un jeune homme. Mais il est possible qu'un changement de mentalité se fasse dans les prochaines années. La société est en train de changer, grâce aux médias et notamment au cinéma, nous pouvons constater que des jeunes acteurs sont en quête d'identité et qu'ils incarnent des personnes dans le doute.

D'autre part, l'apparence prend de plus en plus de place dans une société médiatique et envieuse. Toujours selon les deux précédents auteurs, 60%

des adolescentes se sentent trop grosses et 20% sont satisfaites de leur corps. Dans le même ordre d'idées, un tiers aurait déjà suivi un régime alimentaire et il a été prouvé que l'estime d'elles-mêmes baisse entre 14 et 23 ans. Ce regard dépend énormément des pressions sociales qu'infligent les médias. Toutes les filles sont confrontées aux images des mannequins taillées parfaitement. Pour beaucoup d'entre elles, la minceur est devenue une évidence et un objectif permanent.

Pour compléter ces théories, Harter (in Seidah, 2004), relate que l'apparence physique est une variable fortement liée avec l'estime de soi en général. Il a prouvé que les jeunes ayant une attitude positive face à leur apparence vivent généralement avec une estime de soi générale plus élevée que les adolescents aux attitudes négatives. De plus, cet auteur explique que, comme expliqué plus tôt, la puberté préoccupe les jeunes face à leur image corporelle et que la comparaison avec ses pairs l'influence fortement.

Grâce à ces aspects théoriques, nous pouvons faire un lien avec le sport. À l'adolescence, les jeunes filles s'identifient pour la plupart aux mannequins. Pour elles, la perfection est indispensable et le regard des autres est un moyen d'évaluation. Les remarques négatives et les moqueries sont la preuve qu'elles ne sont pas parfaites. Nous pouvons dès lors imaginer pourquoi une jeune fille pourrait ne pas être à l'aise en cours de sport. C'est un moment où elle pourrait ne pas contrôler son corps. Elle commence à transpirer et à devenir rouge. Tout cela deviendrait un sujet de moqueries et une honte qui l'empêcherait de participer au cours activement. Mais au contraire, le sport ne pourrait-il pas permettre à une jeune fille d'entretenir son corps et de le contrôler ? Tous ces éléments seront étudiés dans nos analyses et permettront de faire un lien avec le terrain.

2.4. L'intégration

2.4.1. Définition de l'intégration

L'intégration est la « fusion d'un territoire ou d'une minorité dans l'ensemble national »⁴. Cette définition nous donne déjà une idée à propos de l'intégration. Si nous la remettons dans le contexte, les adolescents seraient associés à la minorité et la société à l'ensemble national. Nous pouvons donc comprendre, en premier lieu qu'une intégration est une fusion qui permettrait aux adolescents de se placer dans la société. Notre questionnaire porte sur comment cette fusion peut-elle aboutir ? Par quels moyens un travailleur social peut-il soutenir un adolescent ? Et serait-ce par le biais du sport ?

Pour le développement de ce chapitre, nous essayerons de rédiger aux mieux les critères d'une bonne intégration. De plus, tout au long de ce

⁴Site du Larousse en ligne : <http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/int%C3%A9gration>, consulté le 23.11.2012

travail, nous tenterons de faire des liens avec l'intérêt ou non d'une pratique sportive dans la vie d'un jeune adulte.

Le sociologue Mohand Khellil (2005 : 6) définit l'intégration « comme un processus plus ou moins long grâce auquel un ou plusieurs individus vivant dans une société, étrangère par définition, manifestent leur volonté de participer à l'édification de l'identité nationale de celle-ci qui, sur le plan économique et social, prend à leur égard toute une série de dispositions propres à atteindre cet objectif ». Même si Mohand Khellil cible la problématique de l'immigration, nous pouvons mettre en lien sa définition avec notre travail. L'auteur explique que l'intégration demande une implication de deux partenaires. C'est-à-dire, d'une part la société et de l'autre la population concernée qui, dans le cadre de notre travail, sont les adolescents.

En écrivant ce chapitre, nous nous sommes questionnées sur les critères à acquérir pour une bonne intégration. Qu'est-il demandé à un adolescent pour être qualifié de jeune intégré socialement ? Nos recherches nous amènent souvent à la question de l'immigration. Même si celle-ci ne correspond pas directement à notre travail, nous pouvons nous en inspirer pour avancer. Lors de nos lectures et plus particulièrement celle de Jacqueline Costa-Lascoux (1991), nous avons pu constater que plusieurs notions étaient proches mais différenciables. Trois termes peuvent alors être confondus : l'assimilation, l'intégration et l'insertion. Quel terme est-il le plus approprié dans notre travail ? Pour répondre à cette question, en voici les définitions inspirée des théories de Costa-Lascoux :

- **L'assimilation** est un processus qui mène un individu à se transformer sous l'influence d'une personne ou d'une société entière. Cette fusion pousse à la disparition d'un élément étranger.
- **L'intégration** est une dynamique. Tous les éléments sont importants, ont un rôle précis dans le groupe et respecte l'intégrité des autres.
- **L'insertion** est le fait d'introduire une personne dans une société. Cette personne garde son identité et conserve son entité.

Ces trois termes désignent trois différentes manières d'introduire un individu dans la société. Lors de notre travail, nous parlerons essentiellement d'intégration et nous expliquerons ce terme plus en détail. Cette notion est préférée aux autres puisqu'elle représente une des vertus accordées au sport par plusieurs auteurs.

Pour une bonne intégration, selon Costa-Lascoux, plusieurs postulats sont nécessaires (1991 : 10) :

- Une interdépendance étroite entre les membres d'une même société dans une dynamique d'échange
- L'adhésion aux règles de fonctionnement et aux valeurs de la société d'accueil

- Le respect de ce qui fait l'unité et l'intégrité de la communauté dont on devient partie intégrante

Nous nous permettons de faire le lien entre les immigrés et les adolescents puisque ces deux parties doivent, d'une manière ou d'une autre, entrer dans une société. Leur but est d'acquérir une interdépendance, adhérer aux règles et respecter l'unité et l'intégrité de la communauté qu'ils découvrent.

2.4.2. L'intégration et le sport

Selon le sociologue Patrick Mignon (2000), le sport aide l'individu à se transformer en citoyen en créant des modèles et des figures à suivre. Il faut néanmoins admettre que la compétition et l'envie de victoire s'opposent aux différentes valeurs comme la justice et l'égalité des chances ou la discipline que le sport engendre. Il précise également que le sport ne permet pas toujours une intégration facile mais qu'il peut avoir l'effet inverse.

Toujours selon Mignon, le sport exprime les valeurs de la société. Comme cette dernière, le sport a des principes, un fonctionnement, des règles ou encore un appel à la discussion. Tout ceci, comme le font l'école ou le travail, peuvent conduire à une intégration. Pour cela, il doit tout de même appartenir à un univers différent de la famille.

Le sport, selon Mignon, devient toutefois un moyen de résoudre les problèmes sociaux. Selon plusieurs études dont le sociologue s'est inspiré, nous pouvons constater que son aspect de l'égalité évolue, notamment dans les sphères du handicap et du féminisme. Il a aussi un fort aspect formateur qui peut soutenir les jeunes, sans oublier l'espoir que leur procure le sport. Cet espoir échappe à l'économie ou à la société, c'est un point abstrait auquel les jeunes s'attachent grâce aux médias et aux grandes compétitions sportives qui les font rêver.

Pour Mignon, le sport peut être considéré comme une « société en miniature » (2000 : 18). Il accorde une chance à tous puisque plusieurs caractéristiques physiques peuvent être mises en avant. Il a, comme dit plus haut, la vertu de l'égalité et du droit à participer. Cette participation varie selon les moyens et les aptitudes de chacun. Le sport a de nombreux aspects de socialisation en lien avec l'intégration dans la société. Il y a tout d'abord un apprentissage des règles qui sont dictés par une autorité supérieure. Ces règles mènent à un respect de l'activité et de l'individu. La pratique sportive renvoie ensuite à un apprentissage de la vie en collectivité grâce à une division des rôles et à la découverte de soi par le contact humain. Pour finir, il permet, grâce aux expériences faites, d'expérimenter ses limites. Il ne faut pas oublier que le sport apprend à faire face aux échecs ou à la défaite. Il permet à l'individu de développer sa maîtrise de soi en réussissant à gérer ses frustrations.

Nous pensons que tous ces aspects peuvent être mis en lien avec l'intégration des adolescents dans la société. Ils ont des apprentissages à

acquérir et des règles à respecter. Le sport peut alors leur apporter un soutien et un modèle à suivre.

De plus, à la lecture du texte de Gasparini et Knobe (2005), nous avons pu nous inspirer de plusieurs auteurs qu'ils citent et qui considèrent eux aussi le sport comme un facteur d'intégration.

Tout d'abord, selon De Singly (2003), le sport devient une solution à la rupture du lien social à la fin des années 1980. Pour cet auteur, l'ethnie, la culture ou la situation socio-économique ne sont pas des facteurs de réussite dans la pratique sportive. Le sport permet d'oublier les stigmatisations et prouve qu'il peut provoquer un accomplissement professionnel ou social en montrant la réussite des meilleurs comme Zinédine Zidane, Djibril Cissé ou Mohammed Ali.

Pour continuer, Ehrenberg (1991) explique que depuis les années 1980, le sport n'était plus qu'une simple activité sportive mais il véhiculait plusieurs valeurs comme l'état d'esprit, le lien social et le rapport à soi et aux autres. Il était alors utilisé dans les banlieues et les quartiers sensibles pour aider les jeunes en rupture sociale puisque il apporte des valeurs intrinsèques.

Toutefois, selon Gasparini et Knobe (2005), la société attend énormément du sport. Elle suppose qu'il est une réponse à la rupture sociale chez les jeunes. Comme dit plus haut, les autorités pensent que le sport pourrait réussir là où les autres ont échoué. Il faut notamment préciser que ces auteurs, comme expliqué dans le chapitre dédié au corps, n'accordent pas toutes les valeurs intrinsèques au sport et sont réticents par rapport aux présupposés qui lui sont accordés. Nous développerons ceci dans le chapitre de l'exclusion.

Pour conclure, Falcoz et Koebel (2005), rejoignent les idées de plusieurs auteurs en révélant que l'intégration par le sport est souvent perçue comme « un remède miracle ». Cependant, ils affirment qu'il n'existe pas de résultat permettant d'affirmer que l'intégration par le sport s'effectue de façon automatique et constante et qu'il faudrait des études considérant l'encadrement des sportifs et les sportifs eux-mêmes.

Nous pouvons, suite aux connaissances acquises grâce à plusieurs de nos recherches, comprendre que le sport paraît, d'une certaine manière, être un moyen d'intégration. Il peut permettre aux jeunes d'acquérir des qualités, telles que la maîtrise de soi, le respect des règles ou l'apprentissage de ses limites. Tout cela nous mène à dire que le sport pourrait être un « remède miracle pour l'intégration ». Mais que se passe-t-il si un jeune n'est pas sportif ? La suite de notre travail tentera de répondre à cette question.

2.5. L'exclusion

Nous ne pouvons pas parler d'intégration sans parler d'exclusion. Ces deux termes s'opposent mais ne vont pas l'un sans l'autre. Notre travail porte plus précisément sur l'exclusion chez les jeunes. Nous essayerons de comprendre si un enfant peut être exclu dans la pratique sportive et quels éléments favoriseraient cette exclusion.

2.5.1. Définition de l'exclusion

Tout d'abord, selon Jérôme Ballet (2001 : 18), le terme « exclusion » est vaste et comprend de nombreuses réalités comme le chômage, la santé, l'éducation ou la nourriture. Il « se réfère à un processus, en particulier un désagrément des relations entre l'individu et la société ». L'exclusion se fait donc par une rupture. De plus, ce ne sont pas les différents types d'exclusion comme le chômage ou la pauvreté qui semblent être le problème, c'est plutôt cette rupture de lien social.

L'exclusion a un caractère social marqué par une séparation entre les exclus et le reste de la collectivité. Nous verrons que dans les groupes de pairs cette rupture est présente et se fait par le non-respect de certaines normes dictées par la hiérarchie du groupe donné.

Selon Jacques Barrot (1991), il existe différents types d'exclusion. En effet, quelles différences y a-t-il entre un agriculteur en faillite, un habitant d'une cité, des jeunes exclus à l'école ou des habitués de l'aide sociale ? Certaines sont plus graves que d'autres mais toutes ces formes d'exclusion expriment une rupture de la relation et une perte d'identité.

Il est vrai que l'on peut se focaliser longtemps sur la définition du mot « exclusion ». Cependant, Ballet (2001) prétend qu'il serait plus pertinent de se pencher sur la question du processus de l'exclusion plutôt que sur sa définition.

2.5.2. Le processus d'exclusion

Jérôme Ballet (2001) explique, en prenant l'exemple du travail, qu'il faut prendre en compte le caractère psychologique et social de l'exclusion. Le travail n'est pas un simple moyen d'avoir un revenu mais il est aussi une norme permettant de s'identifier à un groupe social et de s'insérer dans le fonctionnement de la société.

Dans ce processus, entre en compte la notion de capital social qui est selon Ballet (2001 : 23) « l'ensemble des relations d'un individu avec le reste de la collectivité, qui comprend aussi bien les relations au sens des liens interpersonnels, que les normes et valeurs de la collectivité qu'il intègre ».

Ne pas être exclu voudrait dire être dans les normes de la société ou faire partie d'un groupe social. En respectant cela, les adolescents seraient

inclus et devraient avoir plus de facilité dans la vie sociale et dans leur futur.

Dans nos recherches effectuées sur l'adolescence, nous avons remarqué l'importance des groupes de pairs. Ces derniers permettent l'identification, le respect de leurs normes mais également d'y être inclus. Ceci repose sur le même principe que l'exclusion au niveau du travail, de la pauvreté ou des différentes ethnies. S'il y a non-respect des normes, il y a exclusion.

2.5.3. L'exclusion par les groupes de pairs

Les adolescents sont membres d'un ou de plusieurs groupes de pairs appelés « cliques » composés de 3 à 10 amis partageant de mêmes intérêts et faisant des activités ensemble (Brown et Kute in Cloutier et Drapeau, 2008). Les jeunes les constituant ont en général des caractéristiques similaires concernant l'âge, les performances scolaires ou des comportements dits déviants. Leur adhésion est fluide et les membres changent avec les années, des nouveaux remplacent les anciens.

Par ailleurs, des études montrent la hiérarchie qui existe dans ces « cliques », particulièrement chez les filles. Alder et Alder (1995) ont observé les activités des groupes de pairs dans une école durant sept ans. Ils ont permis de montrer la manière dont le leader de chacun d'entre eux décide de l'exclusion ou de l'inclusion d'un nouveau membre. Nous pouvons nous demander si cette exclusion se produit également dans des équipes sportives. En effet, ces équipes forment également un groupe.

Les leaders ont un certain pouvoir et l'utilisent en ridiculisant les autres membres, ce qui renforce les normes du groupe. Ce sont eux qui dictent la manière dont il faut se comporter, s'habiller ou même penser. Les membres d'un groupe peuvent également être violents physiquement et verbalement à l'égard de ceux qui n'en font pas partie. Cependant, malgré le fait que cette période peut être mal vécue par certains, elle peut aussi être une source de réconfort et est nécessaire au besoin d'appartenance.

Selon La Greca et Moore Harrison (in Cloutier et Drapeau, 2008), les adolescents font aussi partie de groupes plus larges qui correspondent à des catégories sociales. Ils peuvent être constitués de jeunes sportifs, de jeunes orientés vers la réussite scolaire, de déviants, d'impopulaires ou d'anticonformistes. L'inclusion à ces derniers est basée sur la réputation et sur les stéréotypes à l'égard de l'adolescent.

Il semblerait que l'implication de cette appartenance joue un rôle sur le développement identitaire. D'une part, elle pourrait aider le jeune à s'identifier et à définir sa fonction au sein de sa « clique » mais d'autre part, elle pourrait étouffer sa propre identité.

À l'école, la pratique sportive est mélangée. Les non-sportifs participent autant au cours de sport que les sportifs. Les activités sont les mêmes pour tous et les barèmes aussi. Le sport ne devrait-il pas être adapté au niveau de pratique de chacun et cette adaptation ne favoriserait-elle pas l'intégration ?

Toujours selon les mêmes auteurs, les interactions sociales peuvent être facilitées ou au contraire exclure de par ces frontières entre les différents groupes. Certains d'entre eux font l'objet d'une stigmatisation de par leur statut peu élevé. En effet, des études montrent que le fait d'y appartenir implique une estime de soi faible.

Nous remarquons que l'appartenance aux groupes est fragile et que l'exclusion est marquée à un non-respect des normes associées à chacun d'entre eux. Le sport, en favorisant l'estime de soi, pourrait-il aider le jeune à trouver ses marques et se sentir inclut dans un groupe donné ?

2.5.4. L'exclusion dans le sport

Michel Caillat⁵ (2004), sociologue du sport et membre fondateur du Mouvement critique du sport, explique que parler de sport comme moteur d'intégration est un discours mythique du sport en général. Il prétend que les vertus qu'on lui attribue sont construites de toutes pièces. Le sport est facteur de hiérarchie, d'exclusion et de sélection au niveau de la compétition mais aussi de la réussite. On n'intègre que les meilleurs. De plus, le sport n'est pas qu'un jeu, il joue un rôle politique, idéologique.

Selon Mignon (2000), l'intégration par le sport a aussi des limites. Le sport demande un investissement social et psychologique, que ce soit à haut niveau ou non. Le sport est souvent considéré comme étant un élément permettant l'ascension sociale que l'école ne garantit pas. Mais le sport est une activité qui enferme dans un petit monde dont il faut pouvoir sortir. Lorsqu'il est pratiqué à un niveau supérieur, il implique l'abandon d'autres manières de se socialiser ou de s'intégrer. De plus, l'intégration par le sport pourrait fonctionner mais l'échec ou l'accident reste un problème conséquent. C'est pourquoi il est important de se demander si la conséquence de la pratique du sport n'est pas finalement, dans une majorité des cas, l'exclusion.

D'autre part, comme dit plus haut, selon Gasparini (2002), on attend beaucoup du sport là où les familles ou les institutions éducatives échouent. Cependant les sociologues et historiens du sport ont démontré que le sport n'a pas de valeurs intrinsèques, qu'il n'est ni éducatif ni intégrateur en soi, il porterait les valeurs qu'on lui attribue.

⁵ CAILLAT M., « Le sport, machine à intégrer...ou à exclure ? », Série d'été – Café des Sports, 2004, site du journal *La Libre* : http://www.lalibre.be/article_print.phtml?art_id=174191, consulté le 23.11.2012

Et si le sport est un facteur de sélection et d'exclusion, qu'en est-il des filles ? Sont-elles exclues de manière plus prononcée que les garçons et quelles en seraient les raisons ?

2.5.5. L'exclusion des adolescentes dans le sport

Selon Caroline Moulin, Cécile Le Bars, Philippe Lacombe et Cyrille Megdiche (in Falcoz et Koebel, 2005), grâce à sa médiatisation, le sport est devenu plus visible. Il semble perçu comme un espace où l'équité des sexes existe. Cependant, il est également fait de nombreuses contradictions. La compétition sportive implique des séparations et une absence de mixité. Excepté certains cas, les hommes et les femmes ne s'y confrontent pas. La notion d'intégration dans et par le sport est remise en question en matière d'équité entre les sexes.

Selon l'historien Pierre Arnaud (1995), l'histoire des femmes dans le sport est récente. Il explique que le sport féminin n'existe que par le développement des formes et pratiques modélisées par et pour les hommes. Il rappelle également que l'accès des femmes à certaines épreuves sportives s'est fait dans une appropriation du modèle sportif compétitif masculin. Par-là, le sport renvoie à un système de valeurs qui ne prend en compte que celles liées aux résultats.

Les auteurs Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche (in Falcoz et Koebel, 2005) expliquent que dans le monde du sport, il existe deux modèles largement opposés. Les hommes s'associent au modèle de la performance et la technique (sport de compétition), les femmes à l'esthétisme et la détente (sport de loisir). Les valeurs de l'idéal sportif renvoient à la masculinité, c'est-à-dire à l'exploit, au défi et à la performance. Le monde sportif impose des normes qui définissent des manières de vivre et de pratiquer l'activité sportive. Les filles, pour lesquelles l'intégration dans le sport n'est pas garantie, ne correspondent souvent pas à ces modèles d'engagement sportif, de compétition ou de recherche de performance.

Toujours selon les mêmes auteurs, la mixité n'existant qu'en apparence dans le sport joue un rôle important dans le regard que porte les adolescentes sur le sport. Elles redoutent pour la plupart ce modèle de compétition incarné par les garçons. En effet, durant leur enfance, ils construisent leurs rapports par des bagarres ou des bousculades alors que les filles construisent leur corps par l'évitement.

Elena Belotti (1995) démontre que pour accéder à une socialisation à la féminité, toute agressivité physique est interdite. La compétition, la hargne et la gagne sont connotés masculins pour la plupart des filles. Selon Mathieu (1991), elles ont, contrairement aux garçons, une conscience collective d'appartenance à un univers féminin. Ce qui veut dire que le genre est vécu comme un mode de vie collectif. Cette vision du sport collectif influence la place et la fonction du sport chez les filles qui accorde une grande importance aux liens d'interdépendance et

affectifs. Les adolescentes construisent un effort partagé, les réussites et les défaites. Ce sont des expériences collectives qui permettent la création d'une histoire commune du groupe d'appartenance. Les jeunes filles considèrent le sport comme un loisir et pas comme un sport amenant à la performance. L'importance de se retrouver entre amies, de discuter, de s'amuser, a plus d'intérêt que la compétition.

Par ailleurs, Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche apportant leur contribution à Falcoz et Koebel (2005) mettent en avant le fait que la pratique sportive des filles est fortement influencée par les moniteurs ou entraîneurs sportifs. Ils peuvent parfois amener jusqu'à l'abandon. Ce dernier peut être dû à un décalage entre les attentes des pratiquantes et celles de l'entraîneur ou l'enseignant. Il est fréquent que lorsqu'une équipe atteint un niveau supérieur, les entraîneurs ont tendance à se focaliser sur l'aspect compétitif. Ils acceptent souvent mal le fait que les jeunes filles n'accordent que peu d'importance à la compétition et la performance. Ce paradoxe est souvent mal vécu et résulte à des abandons sportifs.

Les adolescentes peinent à trouver leur place dans le sport où règne un modèle sportif masculin. De plus, l'équité dans le sport ne semblerait pas exister car chaque personne l'investit d'une manière différente.

Par ailleurs, Gasparini et Knobe (2005) prétendent que la volonté d'intégrer les jeunes adolescents par le sport, afin d'éviter des rébellions comme le vandalisme ou les violences physiques, entraîne une exclusion des filles et une masculinisation des espaces de sports.

Dans le cadre des animations organisées dans les quartiers, les filles sont souvent minoritaires voire même absentes. Si elles sont présentes, elles n'ont souvent leur place que dans des activités comme la danse ou elles se retrouvent même reléguées comme supportrices des garçons au bord des terrains. Nous retrouvons ici un enjeu du travailleur social. Nous souhaitons donc comprendre si certaines situations peuvent favoriser une exclusion des jeunes filles.

3. SYNTHÈSE DE LA PARTIE THÉORIQUE

Le sport souffre au début de son histoire de la séparation des classes et des genres. À travers les années, il se serait harmonisé et aurait fait diminuer les stéréotypes. Cependant, nous avons pu comprendre que la route est encore longue avant qu'il soit égal pour tous. Pour les jeunes, il peut être aussi un modèle à suivre grâce aux sportifs qui les font rêver. Pour plusieurs auteurs, il est surtout un outil d'éducation accessible, toutefois, nous avons pu remarquer qu'il peut aussi devenir source d'exclusion.

Le corps doit faire face à de nombreux changements physiques au moment de l'adolescence. La puberté est une étape obligatoire et risquée pour les jeunes. À cette période, nous remarquons des enjeux comme la construction identitaire, l'identité sexuée ou le développement de l'estime de soi.

L'adolescence est une période de transformation impliquant de nombreux changements au niveau physique. Ces derniers influencent fortement l'image que le jeune a de lui-même et la construction de son identité sexuelle. Durant cette période de questionnements, nous avons relevé son besoin d'identification à des modèles mais plus particulièrement l'enjeu de l'estime de soi.

L'intégration est une dynamique où tous les éléments ont un rôle précis. En ce qui concerne les jeunes, une intégration passe par une bonne estime de soi générale. Le sport peut être un moyen d'intégration grâce à ces valeurs et aux valorisations qu'il peut apporter à l'adolescent.

L'exclusion est une rupture de lien social et se fait par le non-respect des normes du groupe. Le sport est facteur de hiérarchie, d'exclusion et de sélection au niveau de la compétition mais aussi de la réussite où seuls les meilleurs sont intégrés. Il existe deux modèles opposés, la performance et la technique (compétition) associées aux hommes et l'esthétisme et la détente aux femmes (loisir). Ces deux modèles impliqueraient une différence entre hommes et femmes. De plus, les valeurs de l'idéal sportif renvoient à la masculinité, à la performance. Les filles ne correspondant pas aux modèles de compétition pourraient être plus facilement exclues dans le sport.

4. QUESTION DE RECHERCHE

Avant nos recherches, nous étions convaincues des vertus du sport pour l'intégration des jeunes. Nous pensions qu'il était un outil logique et facile à utiliser pour le travailleur social.

Cependant, après quelques lectures et quelques discussions, notre vision a quelque peu changé. Nous réfléchissons à la question de la construction de la personnalité, de genre et d'estime de soi en ciblant le stade de l'adolescence. De plus, nous prenons conscience que le sport n'est pas forcément un moyen d'intégration et qu'il peut aussi produire l'effet inverse. Nous nous questionnons donc quant à l'intégration ou l'exclusion par le sport et comment un adolescent peut y faire face. Est-ce que le sport influence positivement son intégration ou au contraire implique-t-il une exclusion ? Le sport est-il adapté à tous ou comment un jeune assume-t-il le fait de pratiquer un sport que la société n'attribue pas à son genre ?

Tous ces questionnements, nous font comprendre que le sport n'a pas seulement des vertus mais aussi beaucoup d'inégalités. Nous avons donc pris la décision d'orienter nos recherches sur celles-ci et nous sommes arrivées à la question de recherche suivante :

« Comment le sport peut-il être facteur d'intégration versus exclusion ? »

Par cette question, nous souhaitons comprendre comment le sport peut favoriser ou défavoriser l'intégration et comment, en tant que futures travailleuses sociales, nous pourrions utiliser cet outil dans notre future pratique professionnelle.

5. HYPOTHÈSES

Lors de la préparation de notre projet, des recherches informatiques et bibliographiques et durant l'écriture de la partie conceptuelle de notre travail, plusieurs hypothèses ont émergé. Parmi celles-ci deux d'entre elles nous paraissent plus pertinentes et font apparaître des sous-hypothèses.

5.1. Le sport est un facteur d'exclusion

- **Le jeune associe chaque activité sportive au genre féminin ou masculin**

Nous pensons qu'un adolescent attribue un genre à une pratique sportive, comme par exemple la boxe pour les garçons et la danse pour les filles. Pour affirmer ou confirmer, nous utiliserons les réponses aux questionnaires, en demandant quel sport est spécialement pour les filles ou au contraire pour les garçons. Nous pensons que cette perception peut provoquer une exclusion si une jeune fille aimerait pratiquer un sport plutôt masculin ou vice-versa. Nous nous inspirerons de plusieurs théories de Gasparini pour expliquer cette hypothèse.

- **Les jeunes pratiquent les activités sportives attribuées à leur sexe**

Suite à la première hypothèse, nous pensons que ces jeunes pratiquent l'activité sportive qui correspond à leur genre.

- **Les jeunes non-sportifs sont pénalisés pendant les cours de sport à l'école**

Par non-sportifs, nous entendons les jeunes qui ne pratiquent pas d'activités sportives extrascolaires. Nous pensons qu'un de ces jeunes aura plus de difficultés en cours de sport et se sentira exclu. Pour affirmer ou confirmer cette hypothèse, nous utiliserons également les questionnaires, cette fois-ci en comparant les réponses des jeunes sportifs et non-sportifs. Nous leur demanderons quels sentiments ils ressentent lors des cours de sport.

5.2. La pratique sportive provoque une baisse de l'estime de soi à l'adolescence

Les sous-hypothèses nous permettront d'être plus précises dans nos réponses. Nous nous baserons sur nos recherches et sur les critères de l'estime de soi. C'est grâce à ces théories que nous espérons répondre à nos hypothèses. Les questionnaires nous permettront de connaître les ressentis des jeunes.

- **La pratique sportive défavorise la perception que le jeune a de son image**

Nous pensons que, lors d'une activité sportive, l'adolescent fille ou garçon, se retrouve face au naturel de son corps. Les artifices mis en œuvre pour se mettre en avant seront diminués par l'effort provoquant transpiration, rougeur, etc.

- **La pratique sportive favorise le combat, la hargne et le goût à la compétition**

Nous estimons que le sport nécessite une certaine combativité pour persévérer. Souvent, les garçons sont conditionnés à la hargne, mais les filles le sont-elles au respect des règles ? Les lectures nous ont permis de relever que les filles mais aussi certains garçons qui ne sont pas dans ce modèle, doivent faire face à une estime de soi en baisse.

- **La pratique sportive favorise les critiques touchant à l'intégrité de l'adolescent**

Comme expliqué auparavant nous pensons que lors des cours de sport, les jeunes reçoivent des critiques qui pourraient les blesser. Ces critiques influencent leur amour-propre, leur vision d'eux-mêmes et leur confiance en eux. Les théories d'Andre et Lelord (2011) et le tableau de Fox et Corbin (in Delignières, 2008) expliqués dans la théorie montrent que ces trois concepts sont les piliers de l'estime de soi.

6. TERRAIN ET POPULATION

Pour répondre à notre question de recherche, nous souhaitons cibler les jeunes des cycles d'orientation du Valais.

Ce choix nous paraissait légitime mais a été le résultat d'une longue réflexion. En effet, nous avons tout d'abord pensé travailler en collaboration avec les centres de cultures et loisirs et les institutions du Valais, mais avons ensuite réalisé que, pour eux, le travail d'intégration avait déjà commencé car ils côtoyaient d'autres jeunes dans ces environnements. Après cette réflexion, il nous semblait plus approprié d'effectuer notre travail dans les cycles d'orientation où le sport est obligatoire, malgré le fait que certains adolescents n'aiment ou ne pratiquent pas de sport. Ainsi, nous visons des jeunes sportifs et non-sportifs, des filles et garçons ainsi que des jeunes à problèmes sociaux ou non.

Le sport obligatoire dans le milieu scolaire crée des inégalités et peut parfois blesser l'estime des adolescents. Durant l'adolescence, de nombreux éléments que nous venons de voir dans la théorie sont questionnés, tels que le genre, l'effet de groupe, le respect des règles éthiques, la construction d'identité, la socialisation, etc.

Nous pensions tout d'abord distribuer nos questionnaires⁶ à grande échelle dans les cycles d'orientation de Sion et de Saint-Maurice. Nos motivations étaient celles de prendre en compte un cycle d'orientation d'une grande ville et d'une plus petite. Finalement, tout en étant conscientes de restreindre la population, notre choix s'est porté sur un autre lieu, le village de Leytron. Nous pensons que ce choix est pertinent car ce cycle comprend une grande diversité de jeunes venant de régions différentes.

En choisissant un cycle d'orientation, nous devons être attentives à certains risques pouvant biaiser notre travail de recherche. Le milieu scolaire peut facilement fermer son accès. C'est la raison pour laquelle nous avons préalablement demandé l'accord de la hiérarchie pour intervenir dans ce milieu. Pour ceci, nous avons été claires quant à nos objectifs et les raisons de notre recherche. De plus, notre but était de toucher une

⁶ Cf. annexe A : Questionnaire sur la pratique sportive

population diversifiée, c'est la raison pour laquelle nous étions attentives à avoir une part égale de filles et de garçons.

Un des risques auquel nous devons être très attentives est de rester neutre tout au long du travail. En effet, la rencontre avec différents professionnels risque de nous influencer et de ne plus être objectives.

7. MÉTHODOLOGIE

Pour notre travail, nous avons plusieurs ressources qui nous permettent d'avancer. Nous avons effectué un entretien exploratoire avec M. François Mercuri, responsable de « Sport pour toi », qui possède une grande expérience dans le domaine du sport ou sur Mme Chantal Bournissen pour ses connaissances sportives mais aussi pour la méthodologie de la réalisation de notre travail de Bachelor.

Par ailleurs, pour construire notre travail, nous utilisons les outils introduits lors de nos cours TB1 et TB2 donnés dans le cadre de la HES·SO Valais/Wallis. Pour construire notre travail, nous faisons le choix d'utiliser le questionnaire.

Nous avons choisi ce questionnaire plutôt que les entretiens pour obtenir un échantillon de données vastes et non-ciblées. Nous voulons obtenir des résultats reflétant une population d'adolescents sans problématique. De plus, nous souhaitons effectuer une recherche quantitative mais aussi qualitative. Cependant, nous avons opté pour la première car le type d'hypothèses émises et la quantité des retours de questionnaires nous ont paru suffisants.

Le questionnaire

Pour ces questionnaires, le choix d'un milieu scolaire s'est fait car il donne accès à une plus grande diversité de jeunes. En effet, il englobe des jeunes de toutes nationalités, de genre masculin et féminin ou sportifs et non-sportifs. Finalement, comme cité plus haut, pour des raisons d'accessibilité, nous avons concentré notre questionnaire au cycle d'orientation de Leytron comportant environ 350 élèves. De plus, il accueille des élèves de plusieurs villages voisins. Dans la région, nous savions quels clubs sportifs étaient présents et pouvaient nous donner des réponses potentielles à nos interrogations.

La distribution et la récolte des questionnaires ont pris environ une semaine. Nous avons pu compter sur une très bonne collaboration avec le directeur du cycle d'orientation. En effet, il s'est chargé personnellement de réceptionner nos 300 questionnaires et de les transmettre aux titulaires des classes. Environ 230 questionnaires nous sont parvenus en retour. Nous avons pu en traiter 213 car certains étaient incomplets. Il comportait une trentaine de questions concernant la pratique sportive des jeunes. Nous avons été attentives quant à la formulation des questions posées. Si ces dernières sont mal formulées, le résultat risque d'être faussé et ne peut pas être pris en compte. En effet, la tournure de ces dernières peut influencer et diriger les réponses données. Tout ceci nous a permis de guider notre travail.

Par ailleurs, nous avons veillé à respecter les principes éthiques en permettant aux jeunes d'être informés de notre démarche et que la confidentialité soit respectée. Pour cela, une lettre d'accompagnement était distribuée au titulaire des classes afin de

pouvoir transmettre les informations aux élèves et les questionnaires étaient remplis dans l'anonymat.

8. ANALYSES

Notre analyse est dirigée par les hypothèses posées pour notre travail de recherche. Nous avons pris en compte les questionnaires de 213 adolescents. Au total, 113 filles et 100 garçons y ont répondu. Ceci nous a permis d'effectuer une analyse relevant des points intéressants et laissant place à plusieurs questionnements. En vue de nos recherches, nous avons effectué des comparaisons entre filles/garçons et sportifs/non-sportifs.

Afin de mieux comprendre nos analyses, voici un bref rappel de nos hypothèses :

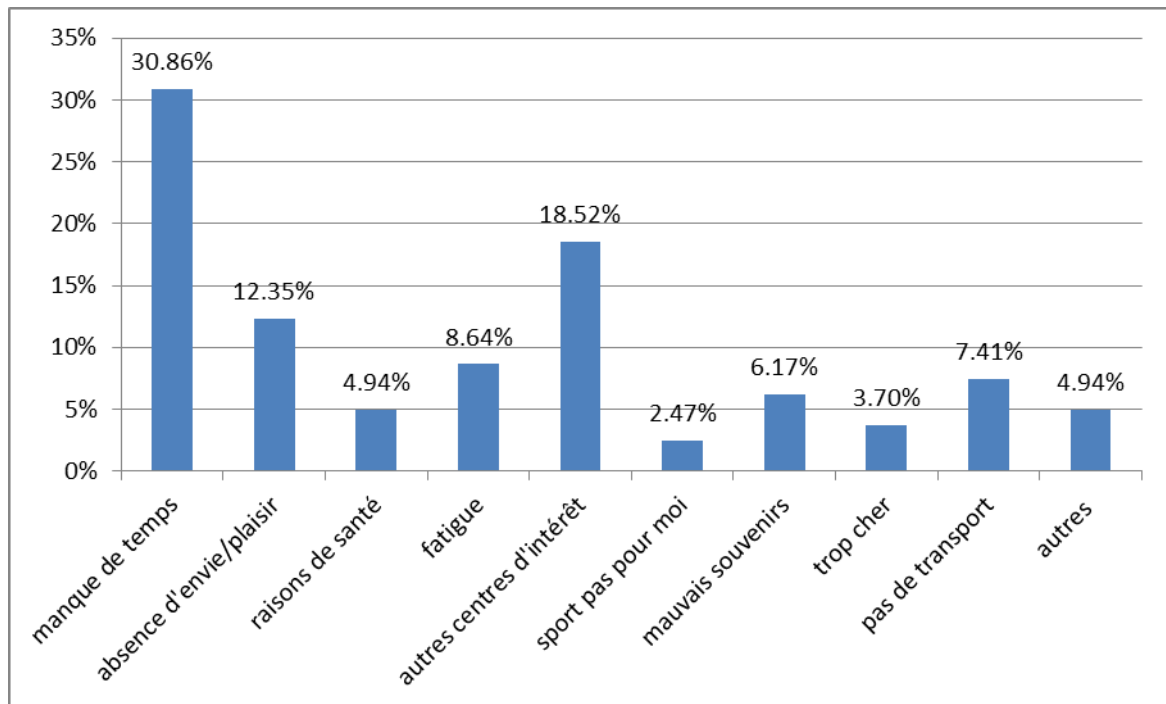
I. Le sport est un facteur d'exclusion

- Le jeune associe chaque activité sportive au genre féminin ou masculin
- Les jeunes pratiquent les activités sportives attribuées à leur sexe
- Les jeunes non-sportifs sont pénalisés pendant les cours de sport à l'école

II. La pratique sportive provoque une baisse de l'estime de soi à l'adolescence

- La pratique sportive favorise le combat, la hargne et le goût à la compétition
- La pratique sportive défavorise la perception que le jeune a de son image
- La pratique sportive favorise les critiques touchant à l'intégrité de l'adolescent

Avant d'entrer dans le vif du sujet, nous souhaitons savoir combien de jeunes participent ou non au cours de sport à l'école. Le résultat était des plus étonnants car seuls 4 élèves en sont dispensés. Concernant la pratique sportive extra-scolaire, le résultat est d'autant plus surprenant. Seuls 27 (12.67%) ne pratiquent aucun sport extra-scolaire. Nous avons trouvé intéressant d'en définir les raisons.



Graphique 1 Raisons de la non-pratique sportive extra-scolaire

Ce graphique nous montre que la plupart ne pratique pas de sport par manque de temps mais également car ils ont d'autres centres d'intérêts. Ces deux raisons pourraient être liées. En effet, nous pouvons imaginer que les jeunes manquent de temps à cause d'une autre activité. Ceci ne reste cependant qu'une hypothèse.

Nous pouvons déjà retenir que le sport occupe une place importante dans la vie des jeunes.

8.1. Analyse hypothèse 1

« Le sport est un facteur d'exclusion »

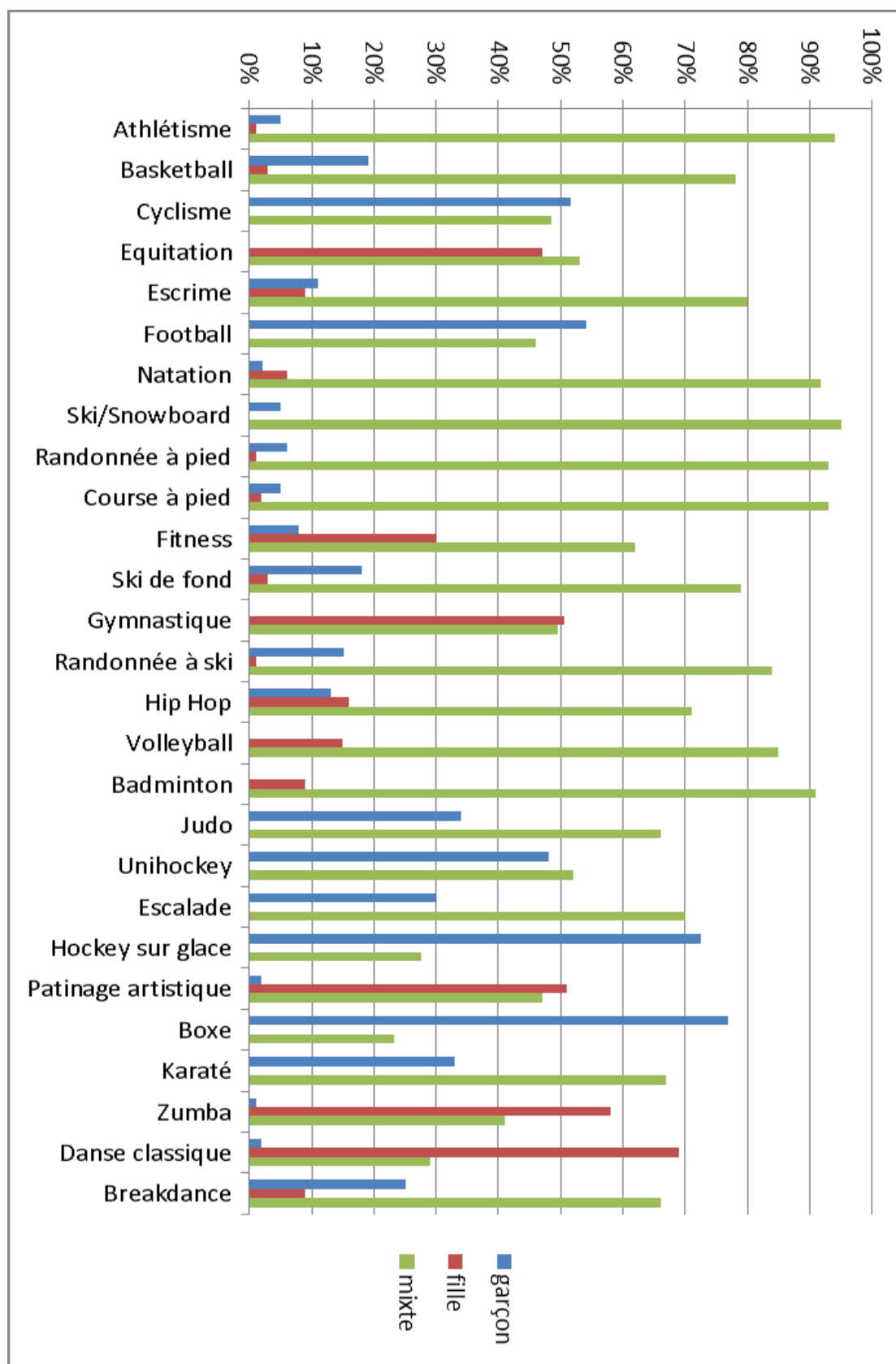
Les recherches et analyses effectuées devraient nous permettre de comprendre si le sport constitue un facteur d'exclusion. Pour ceci, nous avons divisé cette hypothèse en 3 sous-hypothèses. Dans un premier temps, nous analyserons les perceptions qu'ont les jeunes de chaque sport. Ensuite, nous observerons, grâce aux questionnaires, les sports pratiqués par les jeunes ainsi que les raisons de ces pratiques. Puis, nous comparerons les notes des jeunes sportifs et non-sportifs afin de comprendre si ces derniers sont pénalisés ou non lors des cours de sport.

8.1.1. Analyse sous-hypothèse 1.1

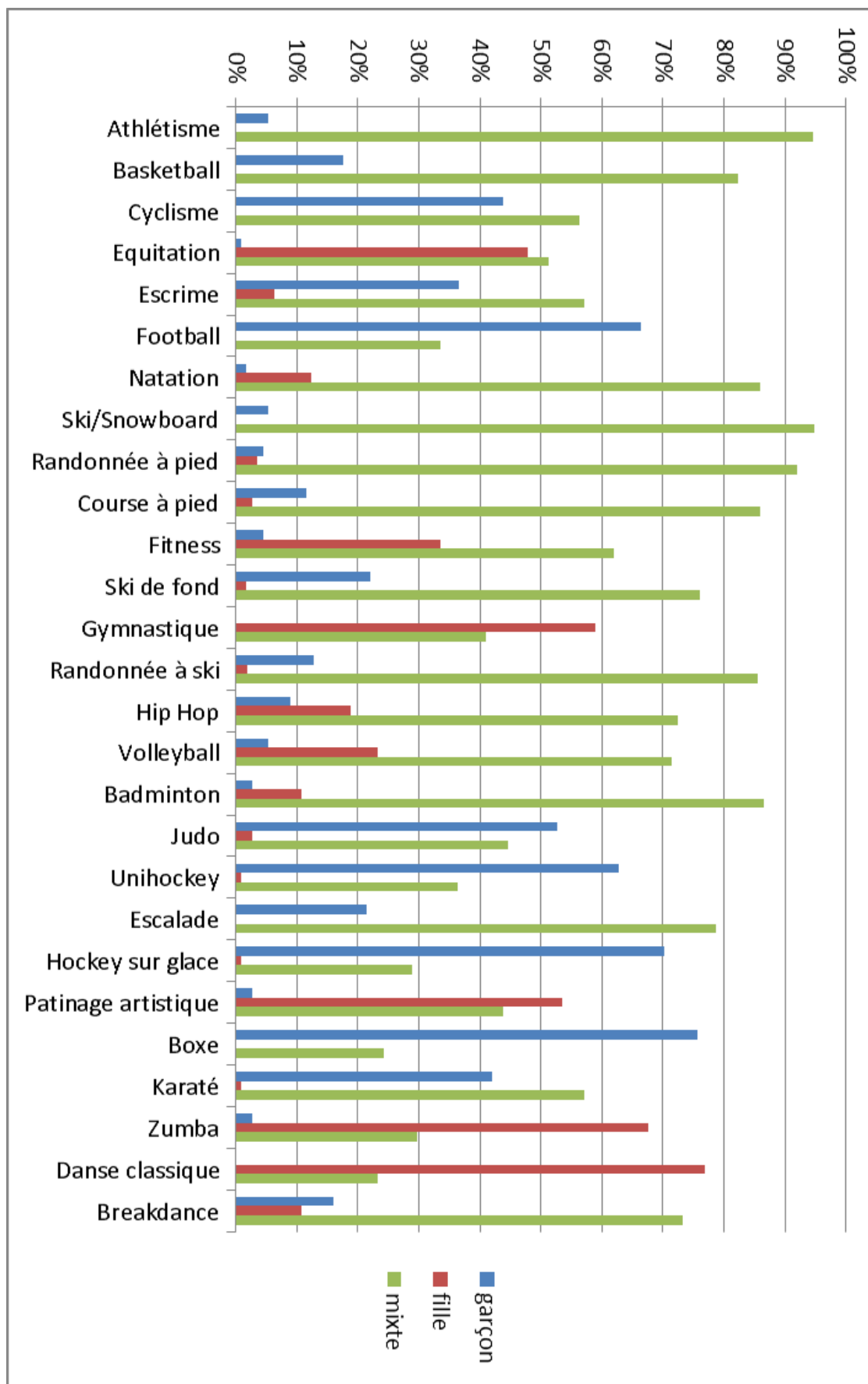
« Le jeune associe chaque activité sportive au genre féminin ou masculin »

Pour débiter cette analyse, voici les résultats du questionnaire concernant les perceptions qu'ont les jeunes de chaque sport. Les graphiques ci-dessous permettent déjà de comprendre si les sports sont perçus comme étant plutôt féminins, masculins ou mixtes. Nous relevons

que la majorité des sports sont considérés comme étant mixtes. Nous entendons par sport mixte, qu'il est pratiqué autant par les filles que par les garçons et non pas les filles et les garçons ensemble.



Graphique 2 Perceptions des sports (garçons)



Graphique 3 Perceptions des sports (filles)

Les sports considérés par les filles et les garçons comme étant plutôt destinés à une pratique masculine sont la boxe, le football et le hockey sur glace. A l'inverse, les sports orientés vers une pratique féminine sont la gymnastique, le patinage artistique, la zumba et la danse classique. Il est important de noter que ce sont des sports favorisant l'esthétisme ce qui irait dans le sens des modèles de compétition et de loisirs expliqués par Falcoz et Koebel (2005).

Un autre élément a fortement retenu notre attention. Autant chez les garçons que chez les filles, certains sports sont perçus comme étant à la fois masculins et mixtes et pas féminins. Ce que nous retenons est que la perception est nettement plus masculine dans la majorité des sports.

Pour aller plus loin dans nos recherches, nous avons analysé les mêmes graphiques en ne considérant que les colonnes « fille » et « garçon ». Nous avons pu ainsi relever que certains sports sont plus orientés vers une perception masculine ou féminine autant par les filles que par les garçons. L'équitation, la natation, le fitness, la gymnastique, le Hip Hop, le volleyball, le badminton et le patinage artistique sont perçus comme féminins alors que tous les autres comme masculins. Les perceptions des garçons et des filles sont très proches, voire semblables dans certains cas.

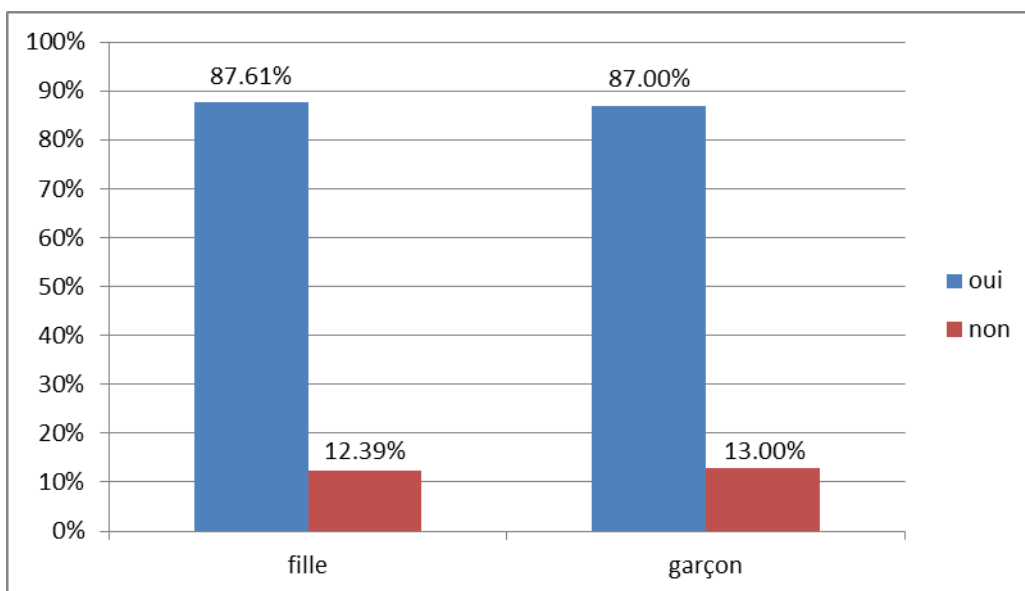
Afin de mieux comprendre les résultats obtenus par ces questionnaires, nous avons essayé, d'en trouver l'origine de manière approfondie.

Pour commencer, nous avons recherché l'origine historique qu'une telle perception pourrait avoir. Nous avons pu relever que le sport apparaît à la fin du XIXe siècle. Le temps libre permettait la pratique du sport, considéré à l'époque comme un loisir où l'homme avait la possibilité de persévérer, progresser et s'entraîner. Les hommes étaient les premiers à pratiquer le sport et à véhiculer son image. C'est pourquoi, sa perception était masculine. De plus, Pierre Arnaud (1995) explique que le sport féminin n'existe que par le sport développé par et pour les hommes. Selon nous, ceci pourrait être une des origines des perceptions d'aujourd'hui.

Les perceptions ont évolué avec le temps, ceci malgré un long processus de féminisation des sports comme Davis et Louveau (1991) l'expliquent. Les sports pratiqués par les filles peinent à se diversifier. Mais heureusement, nous constatons que certains événements sportifs très médiatisés comme les Jeux Olympiques permettent d'avoir une perception quelque peu différente en observant des femmes pratiquer du sport dans un même contexte que les hommes. Nous pouvons d'ailleurs relever ce que cite Paulina Jonquière d'Oriola (2013) au sujet des Jeux Olympique de Londres 2012 : « les femmes ont pour la première fois accès à toutes les disciplines disputées par les hommes, parmi lesquelles la boxe, même si ces derniers disposent encore de 90 chances de

médailles supplémentaires. C'est aussi la première fois que toutes les délégations présentent des femmes aux jeux »⁷.

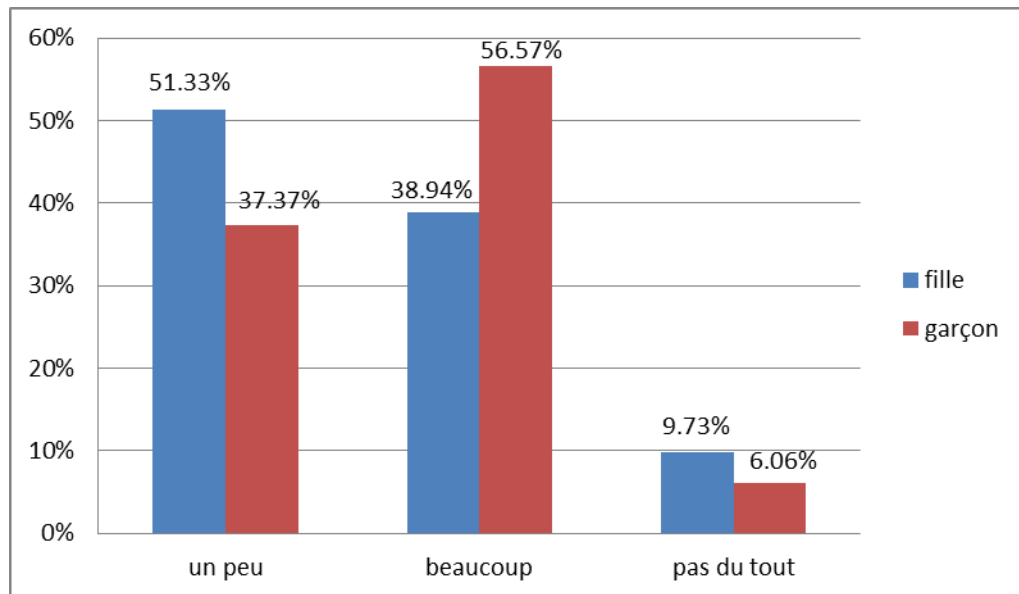
De nos jours, comme nous l'avons constaté, la pratique sportive des filles est égale à celle des garçons. Les questionnaires nous ont permis de relever des chiffres significatifs nous montrant que le sport en général est pratiqué par les deux sexes.



Graphique 4 Pratique sportive extra-scolaire des filles et des garçons

Malgré ces chiffres plutôt rassurants nous montrant l'évolution de la société à travers les années, certains sports, comme constaté plus tôt, sont toujours considérés comme masculins ou féminins. Nous pensons que ceci pourrait également être en partie dû aux différents modèles expliqués par Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche (Falcoz et Koebel, 2005). Ces deux modèles sont nettement opposés et concernent les filles avec un modèle d'esthétisme et de détente (loisir) et les garçons avec la performance et la technique (compétition).

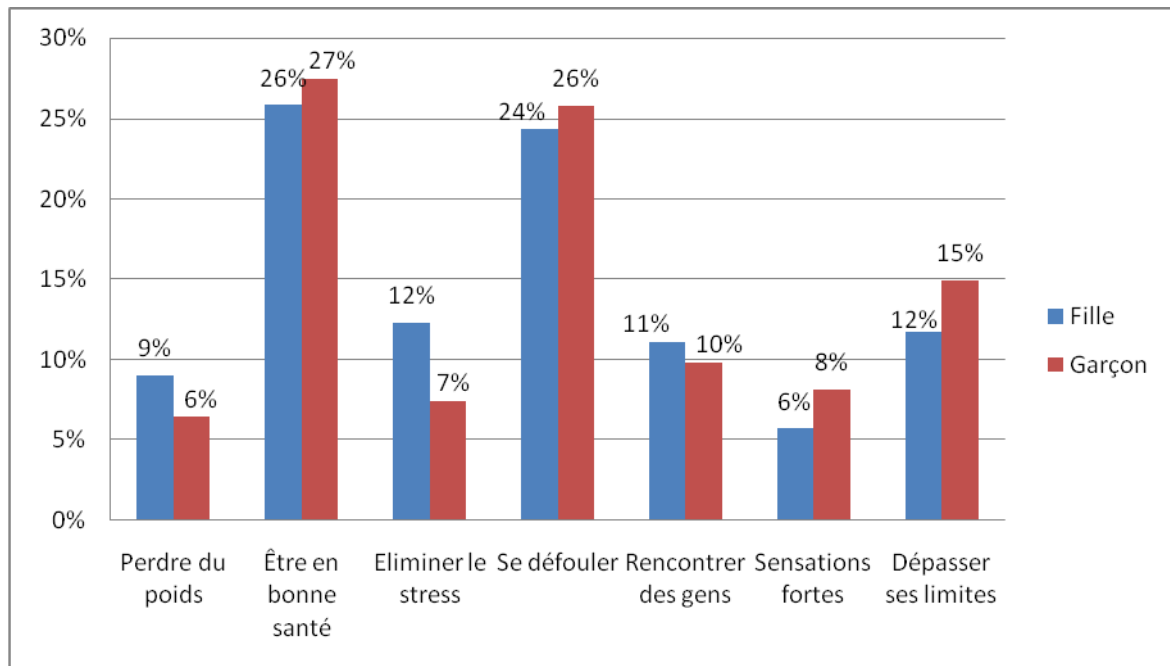
⁷ JONQUÈRES D'ORIOLA P., « JO 2012 : Hommes / Femmes, les jeux de la parité ? (Exclu) », site du groupe *Auféminin.com*, <http://www.aufeminin.com/societe/jo-2012-hommes-femmes-les-jeux-de-la-parite-exclu-s5592.html>, consulté le 24.04.2013



Graphique 5 Les jeunes aiment-il la compétition?

Selon Elena Belotti (1995) déjà cité plus tôt dans notre travail, la compétition, la hargne et la gagne sont considérées comme étant masculins alors que pour une socialisation à la féminité, toute agressivité physique est interdite. Selon Mathieu (1991), le genre est vécu comme un mode de vie collectif pour les filles, ce qui influence la place qu'elles accordent au sport. Les filles tendent à favoriser les liens d'interdépendance et affectifs. Le groupe d'amies se retrouvent en général afin de partager et de créer des histoires communes. Le sport est ici un loisir et ne mène pas, dans un but premier, à la performance. La compétition passe en second plan pour la plupart des jeunes filles comme nous l'avons vu plus tôt. 51.3% des filles ayant répondu à notre questionnaire aiment « un peu » la compétition contre 38.94% qui l'apprécient « beaucoup ». De plus, nous devons retenir l'influence que les groupes de pairs ont sur les jeunes. Les filles auront tendance à penser et faire la même chose. Elles doivent respecter les normes du groupe. Ceci nous mène à penser qu'elles auraient donc tendance à pratiquer certains sports favorisant cet esprit de collectivité.

Ces résultats nous laissent donc penser que si on propose une activité axée sur la compétition, les filles auraient tendance à s'exclure ou à faire preuve de moins de motivation.

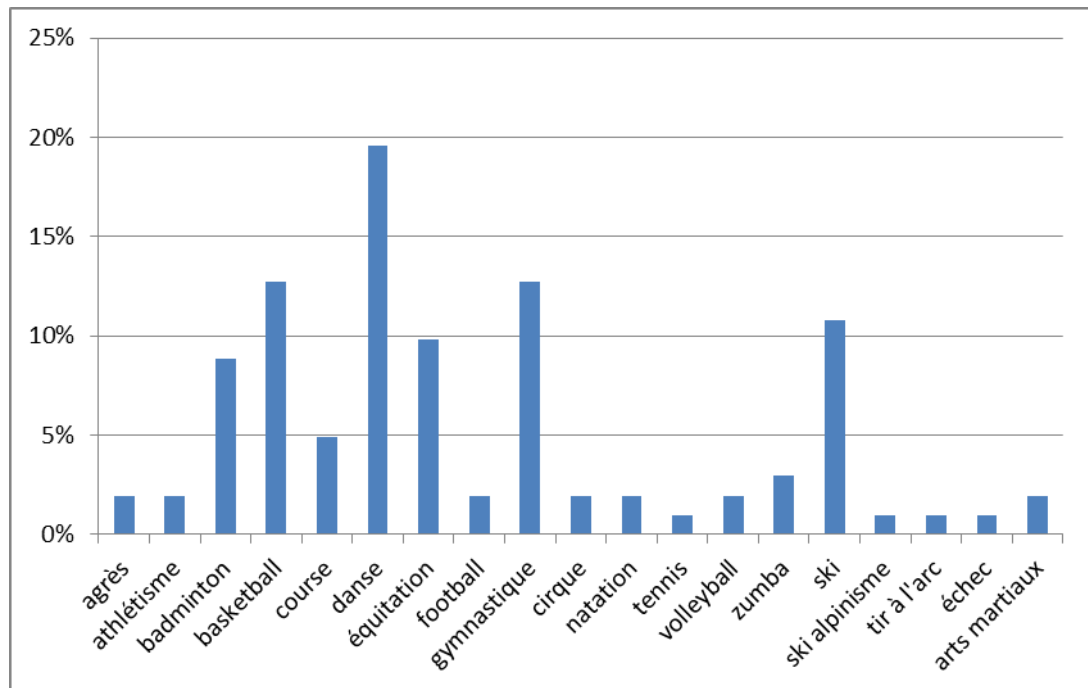


Graphique 6 Les bonnes raisons de pratiquer du sport

Par le biais des questionnaires, nous avons également relevé que les filles et les garçons semblent considérer les bienfaits du sport d'une manière très semblable. En effet, les résultats montrent qu'ici le sexe ne semble pas être un facteur influençant la perception des raisons de la pratique sportive.

Nous avons constaté que dans le questionnaire, dans l'espace permettant d'ajouter une raison supplémentaire, seules 4 filles considèrent le sport comme un moyen d'être avec ses amies ce qui contredirait la théorie d'Elena Belotti (1995). Pour ne pas fausser les résultats, nous pensons qu'il serait pertinent de ne pas retenir cette information car nous supposons que si la case « être avec des amis » avait été proposée les résultats seraient différents.

Afin d'avoir un résultat pertinent à ce sujet, nous avons analysé les sports pratiqués par les filles en étant attentives à l'aspect collectif de la pratique.

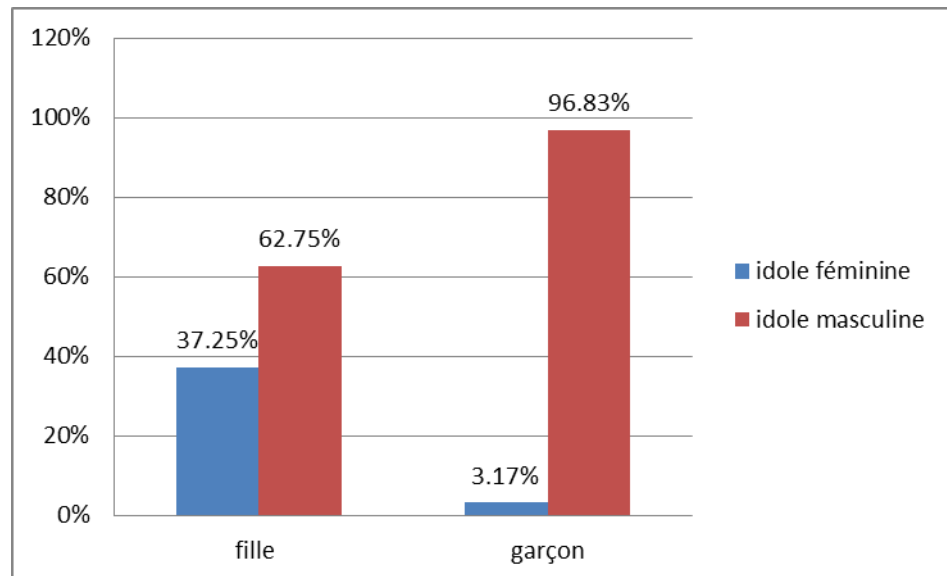


Graphique 7 Sports pratiqués dans un club par les filles

Nous remarquons que certains sports comme le basketball, la danse, l'équitation, le ski ou la gymnastique ressortent nettement mais on ne peut pas affirmer que les filles tendent de manière plus marquée à pratiquer des sports d'équipe plutôt qu'individuels. Cependant, nous pouvons imaginer que les filles se réunissent tout de même et retrouvent cet esprit collectif lors des entraînements de course à pied ou de ski.

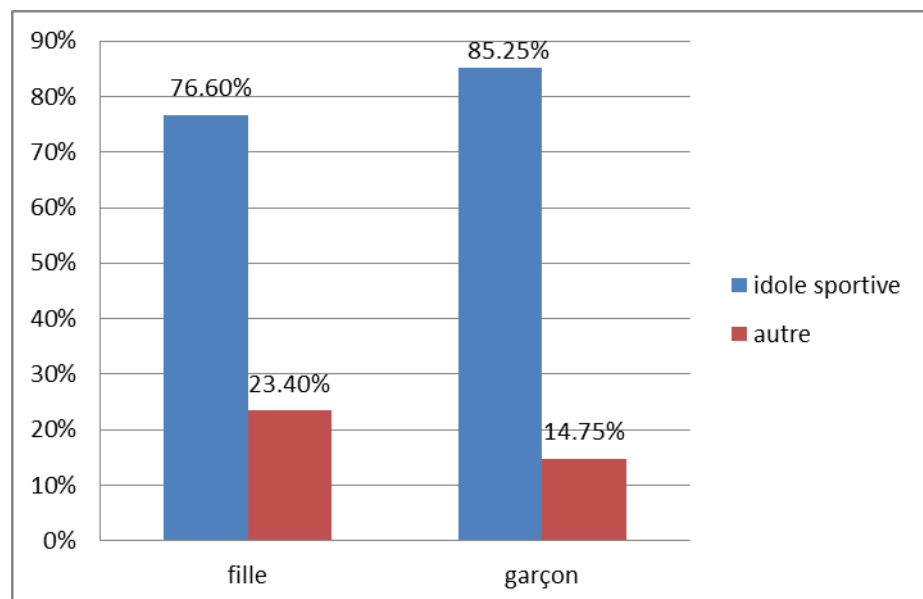
La question d'identité est également un enjeu dans cette sous-hypothèse. Comme expliqué dans la partie théorique, selon Defrance (2011), les jeunes s'identifient à des figures héroïques. Dans nos recherches, nous avons essayé de comprendre si cette comparaison se fait à une figure de même sexe. Nous imaginons que l'identification favorise la pratique sportive et le dépassement de soi car le jeune pourrait avoir envie d'atteindre le même niveau que son idole.

Nous avons tenté de connaître les idoles des jeunes par le biais du questionnaire.



Graphique 8 Idoles féminines ou masculines des jeunes

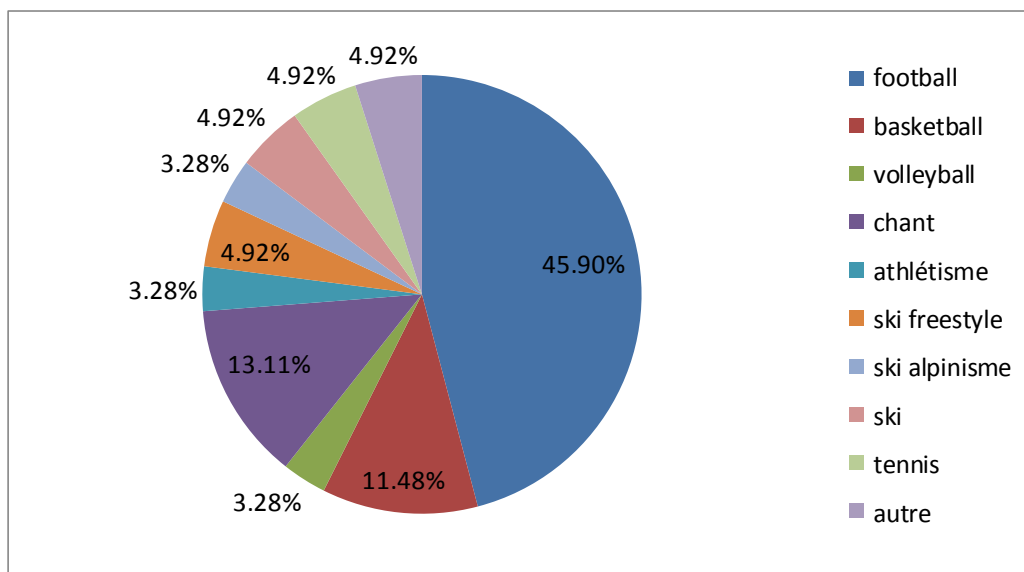
Nous avons constaté avec étonnement que les idoles des filles sont majoritairement masculines. Concernant les garçons, elles le sont aussi à 96.83% des cas, seules 3.17% sont féminines.



Graphique 9 Idoles sportives ou non-sportives des jeunes

Les jeunes ont, pour la majorité, des idoles sportives. Cependant, nous pensons qu'il est possible qu'ils aient été influencés par le questionnaire ayant comme sujet le sport. Pour cette raison, nous ne nous baserons pas sur cette information dans notre analyse.

Une autre observation ressortie du graphique ci-dessous relève que les garçons ont pour idoles des footballeurs dans 45.90% des cas.



Graphique 10 Idoles des garçons

Cette identification pourrait être un facteur influençant leur perception et leur pratique ou alors leur perception et leur pratique pourraient influencer leur choix de modèle. Nous verrons précisément dans la sous-hypothèse suivante si les garçons ont plus tendance à pratiquer les sports cités dans le précédant graphique.

Conclusion

À ses débuts, le sport était masculin. Les résultats de nos recherches nous ont montré que la perception des jeunes a évolué historiquement et socialement en partie grâce à la médiatisation du sport. En vue de l'évolution, nous constatons que, de nos jours, les perceptions tendent à aller vers la mixité, ce qui contredirait la sous-hypothèse. Cependant, nous avons pu clairement relever que les sports sont orientés vers une perception plus masculine ou féminine comme par exemple pour la danse répondant au modèle d'esthétisme et de détente selon Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche (Falcoz et Koebel, 2005). Nous relevons également que ces modèles sont confirmés dans nos analyses. En effet, les garçons apprécient « beaucoup » la compétition avec 56.57% contre 38.94% pour les filles.

D'une part, le sport a évolué dans le sens où les femmes ont à présent droit à la pratique sportive. Mais d'autre part, la norme dicte qu'elles n'ont pas ce droit dans toutes les disciplines. Il existe des activités considérées comme exclusivement réservées aux filles et vice-versa mais de nos jours, la majorité des sports sont associés au genre masculin.

Grâce à cette sous-hypothèse, nous avons également constaté qu'une majorité des garçons ont pour idoles des footballeurs et qu'ils pratiquent eux-mêmes le football. En effet, comme nous le verrons dans l'hypothèse suivante, ils sont 42.06% à pratiquer le football. Ceci nous mène à penser que leur pratique est influencée par les idoles. Concernant les idoles des

filles, elles sont majoritairement masculines et comprennent également des footballeurs. Cependant, dans ce cas-ci, les idoles ne semblent pas influencer leur pratique. Ceci nous montre bien cet univers masculin qu'est le football.

Cette analyse nous semble paradoxale à cette période durant laquelle l'identité sexuelle est en plein développement. Il est difficile d'imaginer une jeune fille faire un tir au but telle une star du football. Il s'agirait dès lors d'une simple admiration et pas d'une identification. Dans ce cas, nous pourrions imaginer que la médiatisation des sports à domination masculine favorise cette identification ou plus précisément cette admiration. Et au lieu de favoriser une pratique mixte et intégrative ce mécanisme favoriserait et développerait la domination masculine.

8.1.2. Analyse sous-hypothèse 1.2

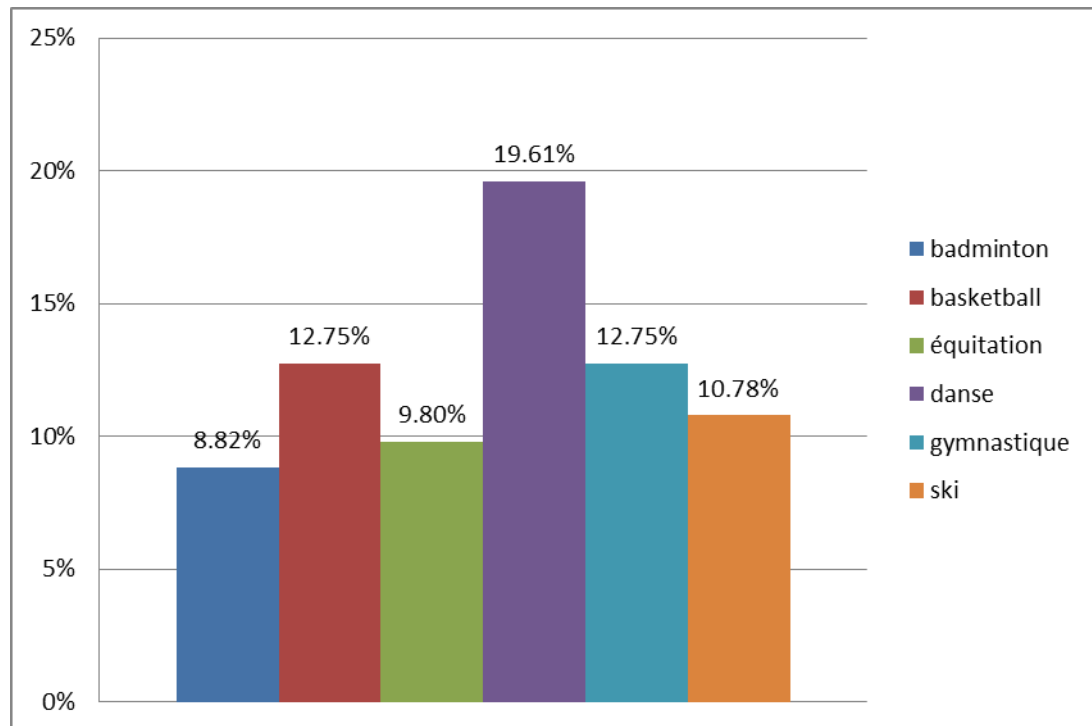
« Les jeunes pratiquent les activités sportives attribuées à leur sexe »

La sous-hypothèse 1.1 est une bonne introduction à cette sous-hypothèse. En effet, la perception des sports pourrait être la première source d'influence à la pratique. De nombreux éléments cités dans la première sous-hypothèse se retrouvent ici et font sens.

Les pratiques sportives des jeunes sont très variées. Cependant, certains sports sont plus pratiqués par les garçons et inversement. Pour notre analyse, nous avons choisi de ne retenir que les sports les plus pratiqués dans un club afin de faciliter la lecture et la compréhension. Cependant, vous retrouverez le graphique complet des pratiques sportives dans nos annexes⁸.

Les sports les plus cités par les filles sont la danse (19.6%), le basketball (12.75%), la gymnastique (12.75%), le ski (10.78), l'équitation (9.8%) et le badminton (8.82%).

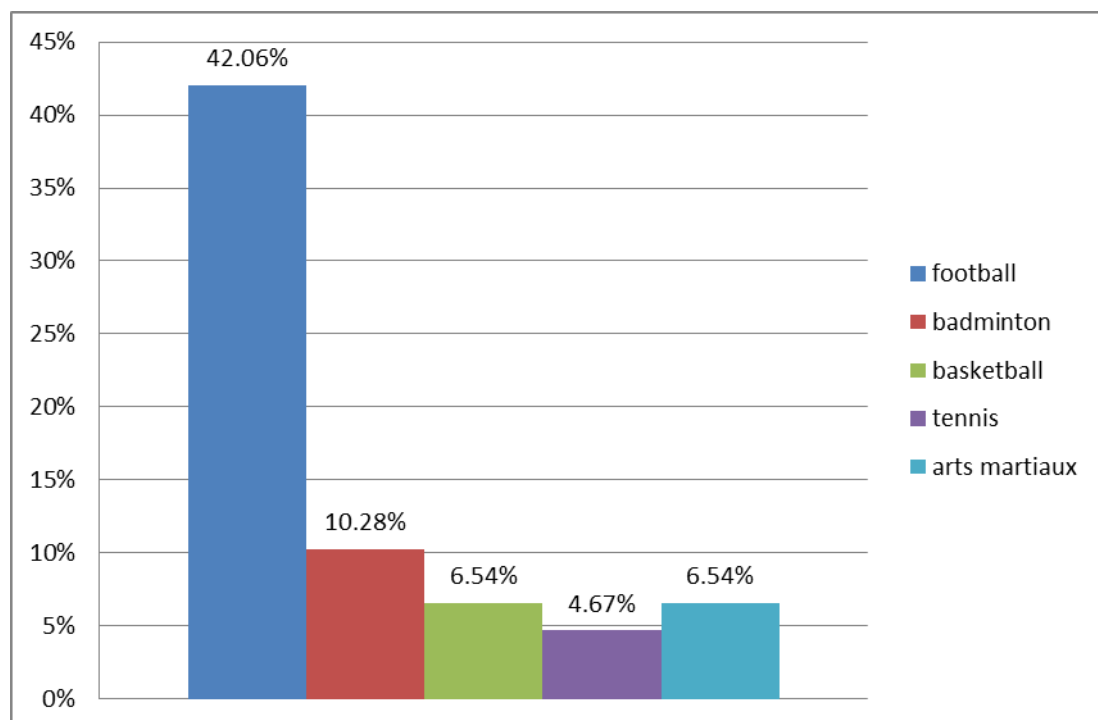
⁸ Cf. annexe B : Graphique des pratiques sportives



Graphique 11 Sports les plus pratiqués par les filles (dans un club)

Concernant les garçons, les sports sont quelque peu différents avec le football (42.06%), le badminton (10.28%), le basketball (6.54%), les arts martiaux (6.54%), et le tennis (4.67%).

Nous nous permettons de préciser que ces sports sont fortement représentés et accessibles dans la région.



Graphique 12 Sports les plus pratiqués par les garçons (dans un club)

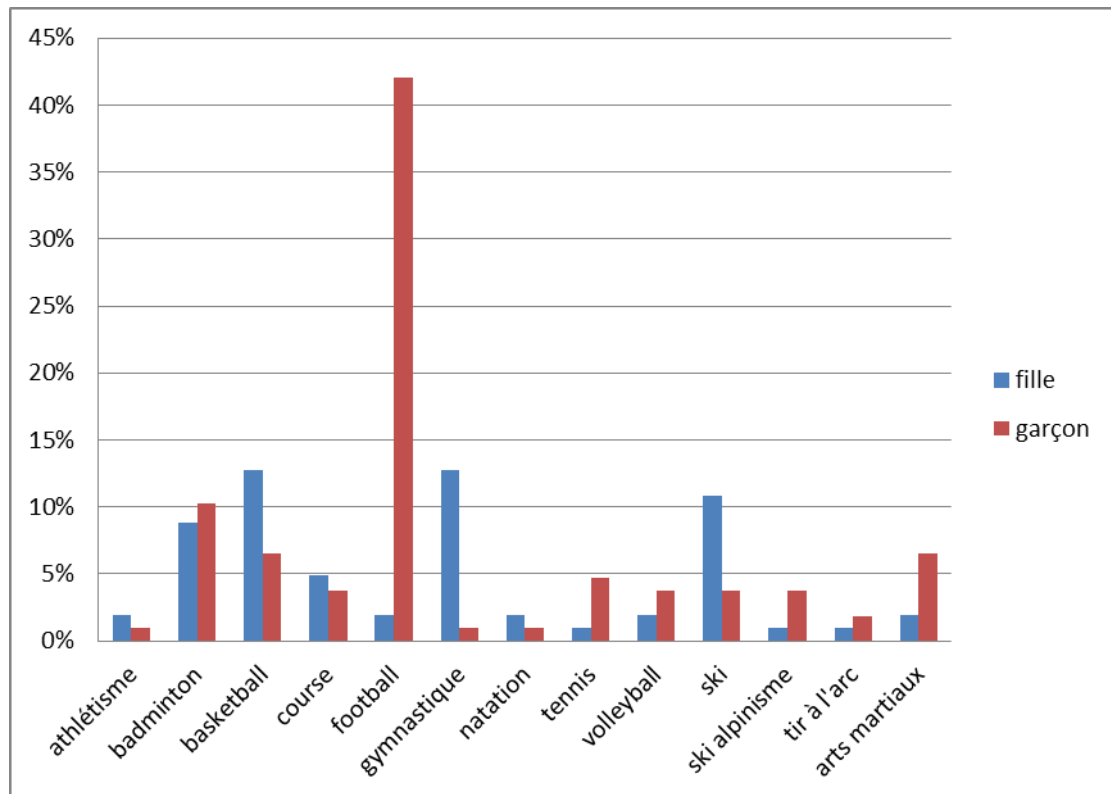
Le sport cité le plus souvent par les filles est la danse alors que celui cité par les garçons, dont aucun ne pratique la danse, est très nettement le football.

Comme cité précédemment dans la sous-hypothèse 1.1 et dans le chapitre du sport et de l'identité, Defrance (2011) explique que les jeunes s'identifient à des figures héroïques sportives. Comme le football semble être un des sports les plus médiatisé et populaire dans notre pays, nous imaginons que c'est la raison pour laquelle les jeunes en sont influencés. Nous avons d'ailleurs pu constater, grâce à notre questionnaire, que les idoles des jeunes garçons sont très souvent des stars du football comme Lionel Messi, Zlatan Ibrahimovic ou Cristiano Ronaldo.

Davisse et Louveau (1991) expliquent que la féminisation de certains sports se met en place avec les années mais que certaines idéologies perdurent ou n'évoluent que lentement. Nous pouvons en effet le relever dans les réponses données dans nos questionnaires où les filles pratiquent des sports plutôt masculins mais qu'à un faible pourcentage.

Il existe également des sports comme le basketball, la course à pied, le ski, le snowboard ou le badminton qui sont pratiqués de manière égale autant par les filles que par les garçons. Nous avons relevé que ces sports peuvent faire partie des deux modèles qui sont la performance et la technique plutôt pour les garçons (sport de compétition) et l'esthétisme et la détente plutôt pour les filles (sport de loisir). Nous pensons que concernant ces sports, l'exclusion est moins présente si les buts recherchés sont les mêmes.

Parmi les sports pratiqués par les deux genres se trouvent l'athlétisme, le badminton, la course à pied, la natation, le tennis, le volleyball, le ski, le ski alpinisme, le tir à l'arc et les arts martiaux. Afin de rendre cette analyse plus pertinente, nous avons considéré les sports ayant plus d'un pratiquant.



Graphique 13 Sports les plus pratiqués par les jeunes (dans un club)

Concernant les autres sports, ils sont pour la plupart associés d'une manière plus nette aux deux modèles de compétition ou de loisir. C'est pourquoi l'intégration des filles ou des garçons dans certains sports ne semble pas garantie.

Nous avons également relevé que certains sports ne sont pratiqués que par des filles ou que par des garçons. Le résultat de cette analyse ne peut pas être entièrement pris en compte car, pour certains sports, il n'y a qu'un seul pratiquant. Cependant concernant la danse, l'équitation et la zumba, ils sont pratiqués uniquement par des filles d'une manière significative.

Pour revenir à la théorie, si nous reprenons le sujet de la socialisation selon Richard Cloutier et Sylvie Drapeau (2008), le jeune doit s'approprier des normes afin d'être accepté par les autres. Ceci permet sa socialisation dans un contexte de vie sociale comme la famille, les amis ou l'école. De plus, selon Havighurst (1972), il existe plusieurs tâches dans ce processus de socialisation. L'une d'elle a particulièrement retenu notre attention, celle d'assumer un rôle social masculin ou féminin. Nous constatons donc qu'en tant qu'individu social, nous sommes amenés à suivre des normes insufflées dès notre naissance. La société dans laquelle nous vivons nous guide et influence notre perception.

Cette tâche nous mène à penser qu'en ce qui concerne le sport, les individus sont amenés à suivre les modèles transmis par les valeurs renvoyées par la société. Ces modèles pourraient être ceux de

compétition et de loisir déjà expliqués plus tôt dans notre travail (Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche cité par Falcoz et Koebel, 2005).

Enfin, pour terminer cette sous-hypothèse, nous avons comparé la perception et la pratique des sports. Comme nous l'avons vu dans la première sous-hypothèse, si on ne considère pas les perceptions mixtes, les sports perçus comme féminins et masculins par les filles et les garçons sont les mêmes. Les sports dits féminins sont l'équitation, la natation, le fitness, la gymnastique, le hip hop, le volleyball, le badminton, le patinage artistique, la zumba et la danse classique. Les autres sports sont, quant à eux, considérés comme masculins.

Si nous reprenons le graphique des sports pratiqués par les filles vu plus tôt dans nos analyses, nous pouvons remarquer que les sports les plus pratiqués comme l'équitation, la gymnastique, la danse ou le badminton font parties des sports perçus comme féminins. Cependant, le basketball et le ski sont pratiqués par les filles et sont, toujours sans considérer la colonne mixte, des sports masculins. Nous pouvons expliquer ceci par l'environnement. Le cycle de Leytron accueille des jeunes habitant en montagnes ou au pied de celles-ci, cela expliquerait donc l'attrait pour le ski.

Concernant les garçons, nous remarquons que le football est nettement masculin dans sa pratique, mais aussi dans sa perception ; mais que certains sports pratiqués comme le badminton ou le volleyball sont perçus comme féminins.

Nous avons relevé les difficultés d'intégration que peuvent rencontrer les filles dans les sports dits masculins. Cependant, nous pouvons imaginer que les garçons souhaitant pratiquer des sports dits féminins peuvent tout autant être sujets à l'exclusion même voire plus.

Conclusion

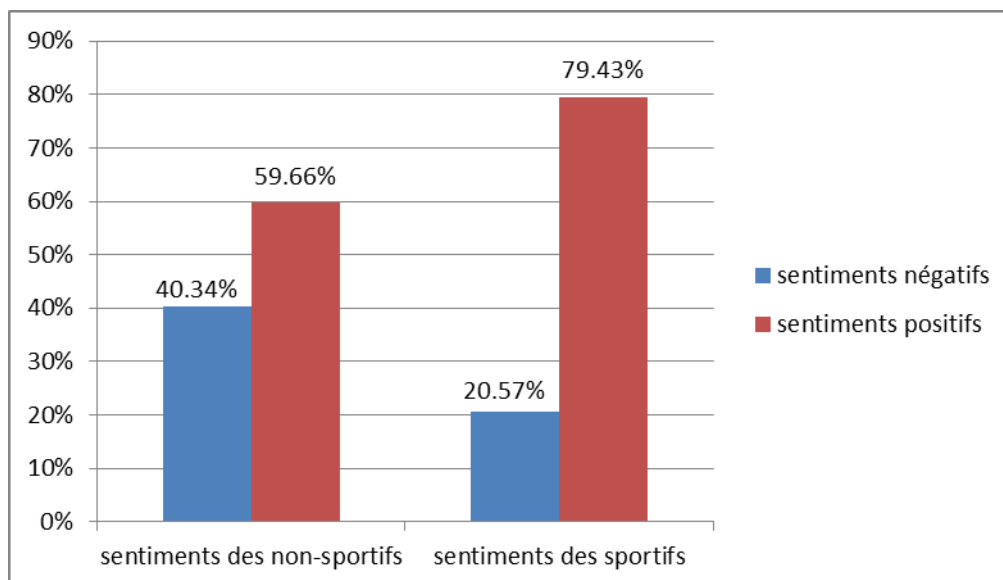
Ceci nous permet de conclure cette sous-hypothèse en relevant que les garçons et les filles tendent à pratiquer les sports attribués à leur sexe mais qu'il existe des exceptions pouvant être liées à la lente féminisation de certains sports. En effet, nous l'avons constaté par le faible pourcentage de filles pratiquant des sports masculins. Par ailleurs, nous avons relevé que les sports comme le basketball, la course à pied, le ski, le snowboard et le badminton sont pratiqués autant par les filles que par les garçons. Selon nous, cette équité est due au fait que ces sports correspondent aux deux modèles de compétition et de loisir. Si les buts recherchés sont les mêmes, l'exclusion sera moins marquée.

Pour conclure, ces différences de perceptions seraient donc influencées par la société qui nous guide par ses normes et par le rôle social masculin ou féminin à assumer selon Havighurst (1972).

8.1.3. Analyse sous-hypothèse 1.3

« Les jeunes non-sportifs sont pénalisés pendant les cours de sport à l'école »

Pour cette sous-hypothèse, nous avons comparé les non-sportifs aux sportifs par rapport aux sentiments ressentis lors des cours de sport. Les sentiments⁹ ont été classés en sentiments positifs ou négatifs.



Graphique 14 Sentiments négatifs et positifs des sportifs durant les cours de sport

Nous remarquons par ces deux graphiques que les sportifs ont environ 20% de sentiments négatifs de moins que les non-sportifs. Nous pouvons en déduire qu'ils se sentent mieux durant les cours de sport, ce qui pourrait augmenter leur estime de soi. L'amour de soi, la vision de soi et la confiance en soi, qui constituent les trois piliers de l'estime de soi selon Andre et Lelord (2011), sembleraient être renforcés par les sentiments positifs ressentis. Alors que les sportifs renforcent leur estime de soi, les non-sportifs pourraient quant à eux se retrouver en situation d'échec.

Par ailleurs, grâce à l'analyse des questionnaires, nous avons pu relever que les garçons ont de meilleures notes que les filles et que les sportifs sont également plus performants que les non-sportifs.

	Moyenne
Sportifs	5.114
Non-sportifs	4.438

Tableau 2 Moyennes des sportifs et des non-sportifs à l'année

⁹ Cf. annexe C : Liste de sentiments

	Moyenne
Filles	4.874
Garçons	5.214

Tableau 3 Moyennes des filles et des garçons à l'année

Dans le tableau ci-dessous, les sportifs, les non-sportifs et le sexe ont été pris en compte. Il en ressort que le sexe n'influence pas la note de gym chez les élèves qui ne pratiquent pas de sport hors école. Par contre, si l'on est un garçon, pratiquer un sport hors école semble influencer positivement la note de gym, ce qui est moins significatif chez les filles.

	Moyenne
Filles sportives	4.920
Filles non-sportives	4.475
Garçon sportifs	5.309
Garçon non-sportifs	4.400

Tableau 4 Moyennes des filles et des garçons sportifs et non-sportifs

Conclusion

Ce que nous relevons de cette sous-hypothèse est qu'il vaut mieux être un garçon sportif pour avoir des bonnes notes. Les notes et les sentiments négatifs ressentis nous indiquent que les non-sportifs seraient pénalisés. En effet, les non-sportifs ont plus de sentiments négatifs que les sportifs et ont de moins bonnes notes. Le sport pourrait les toucher dans leur estime, dans un cadre où ils sont évalués quant à leurs compétences ou simplement lorsqu'ils se retrouvent en situation d'échec. Cependant, nous pensons qu'il est possible qu'un sportif soit autant dévalorisé qu'un non-sportif lorsqu'il se retrouve confronté à des exercices d'agrès alors qu'il est footballeur ou joueur de tennis. L'intégrité et l'estime du jeune pourraient donc être touchées malgré les notes positives attribuées. Ceci relève à nouveau des questionnements que nous aurons l'occasion d'étudier plus en détails dans l'hypothèse suivante.

Synthèse hypothèse 1

« Le sport est un facteur d'exclusion »

Nous constatons après cette analyse que les sports conservent malgré une légère démocratisation une forte connotation sexuée. Hormis les sports considérés comme mixtes, nous avons pu clairement relever que certains sont orientés uniquement vers une perception ou une pratique soit masculine, soit féminine. De plus, la majorité des sports sont associés au genre masculin.

Nous relevons également que le choix des pratiques est lié à la perception des sports et également à l'identification aux idoles.

Pour terminer, les bonnes notes obtenues à l'école, sont très clairement favorable aux garçons sportifs. Les programmes scolaires semblent plus adaptés à ces derniers.

Cette hypothèse peut à première vue être confirmée car selon la théorie de l'exclusion, les filles et les non-sportifs répondraient aux critères d'exclusion. Ils ne correspondraient pas pour la plupart au modèle de compétition et de performance. Cependant, nous désirons nuancer ici les propos et considérer notre hypothèse comme partiellement validées car nous constatons que ce n'est pas l'activité physique en tant que telle qui favorise l'exclusion mais plutôt le type d'activités avec un certain type de population.

Mais retenons que chacun peut être exclu à un moment de sa vie, autant lors d'un cours de sport que de mathématique. Nous l'avons d'ailleurs relevé, un sportif joueur de basketball peut se sentir exclu en exécutant un exercice d'aggrès mais cependant, sa confiance en soi pourrait être plus forte que celle d'un non-sportif.

Nous sommes guidés par des rôles sociaux, des normes et des valeurs que nous transmettent la société et le contexte dans lequel nous vivons. Nos pratiques sportives évoluent sans cesse et ont une origine historique qui répond en partie à nos questionnements. Malgré cela, les filles pratiquant un sport considéré comme masculin ne sentent-elles pas l'exclusion ou l'inégalité ? Et si un garçon pratique un sport féminin, l'exclusion est-elle aussi perçue ?

8.2. Analyse hypothèse 2

« Le sport provoque une baisse de l'estime de soi à l'adolescence »

Comme vu dans le chapitre du corps, selon Duclos, Laporte et Ross (2002), l'estime de soi se construit sur tous les plans. Nous avons aussi vu qu'Andre et Lelord (2011) expliquent trois piliers aidant à la construction de l'estime de soi : l'amour de soi, la vision de soi et la confiance en soi. Puis, nous avons pu compléter notre théorie grâce au tableau de Fox et Corbin (in Delignières, 2008).

Dans ce tableau, nous avons constaté l'importance des piliers et avons retenu celui de la valeur physique perçue qui constitue un élément essentiel pour notre travail.

Pour la compréhension de cette hypothèse, nous avons décidé de la diviser en trois sous-hypothèses. Celles-ci nous aideront à y répondre en approfondissant le sujet de l'estime de soi et l'influence du sport grâce à la condition physique, à la compétence sportive, à la force et à l'apparence physique perçues par les adolescents. Nous y répondrons à l'aide des réponses aux questionnaires et de la partie théorique.

Dans la première sous-hypothèse, nous discuterons de la combativité des adolescents dans la pratique sportive en faisant des liens, entre autres, avec la différence entre le genre masculin et féminin et les attentes de chacun. Dans la seconde, nous espérons obtenir des réponses face à l'influence que le sport aurait ou non sur la perception du jeune de son image. Nous utiliserons la

théorie de l'identification, de la valorisation et de l'estime de soi pour nous aider. Et pour terminer, dans la troisième, nous tenterons de mettre en avant les critiques auxquelles les jeunes doivent faire face et quelles en sont les conséquences. Nous nous inspirerons des théories de Costa-Lascoux (1991), ou encore de Rocheblave-Spenlé (1969).

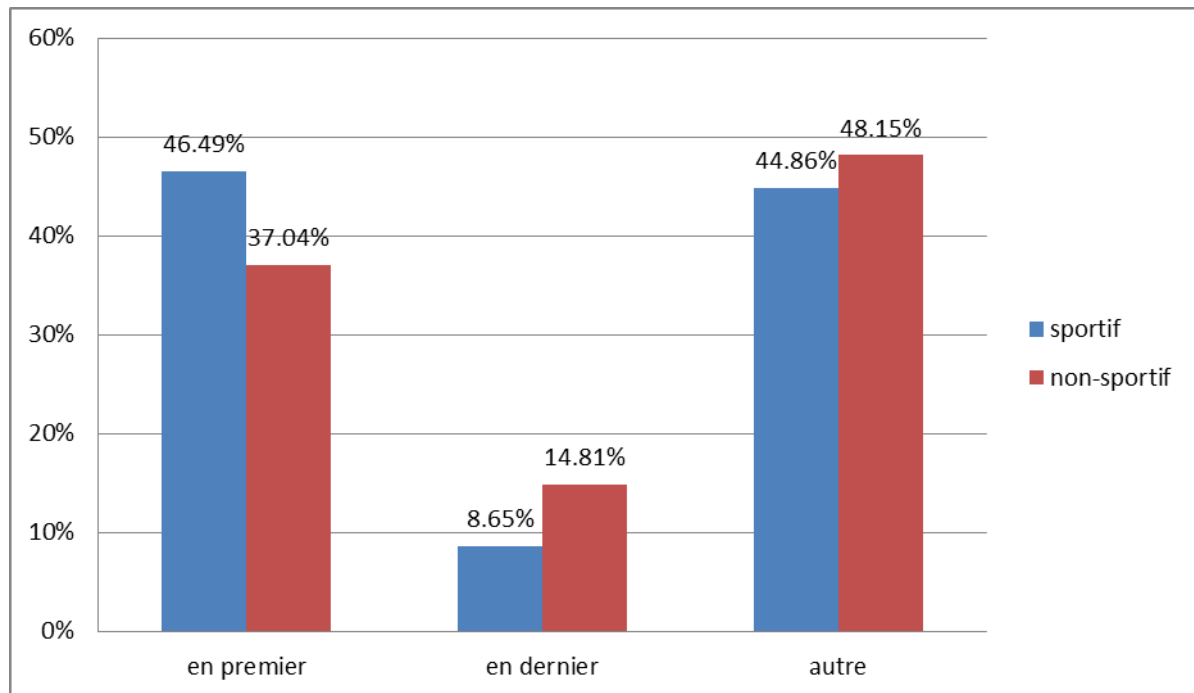
8.2.1. Analyse sous-hypothèse 2.1

« La pratique sportive favorise le combat, la hargne et le goût à la compétition »

Pour la compréhension de cette sous-hypothèse, nous nous baserons sur les réponses aux questionnaires et sur la théorie. Nous avons choisi de mettre en avant l'importance de l'ordre dans le choix des équipes en cours de sport. Celui-ci pourrait être un facteur amenant à la combativité, à la hargne et à la compétition car il touche à la fierté et aux émotions des jeunes.

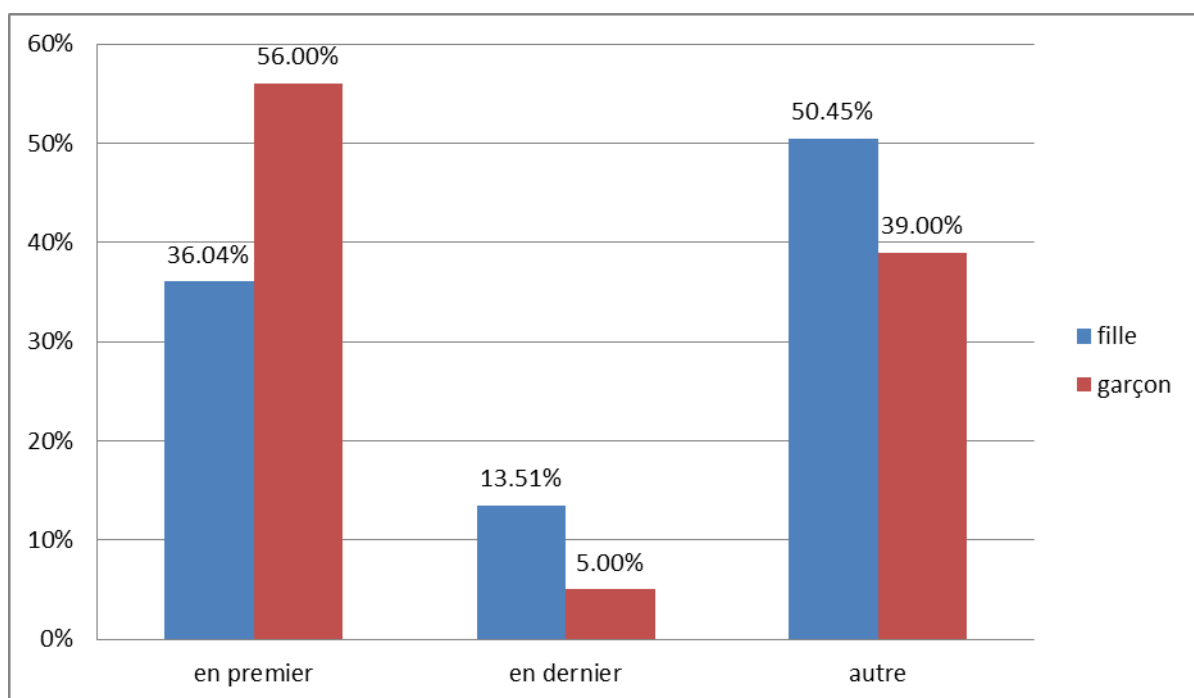
Les deux graphiques ci-dessous, nous montrent que les garçons et les sportifs sont avantagés dans le choix des équipes. Le premier compare les sportifs et les non-sportifs, quant au second, ce sont les filles et les garçons qui sont pris en compte. Dans les questionnaires, les jeunes devaient indiquer à quel moment ils étaient choisis pour faire partie d'une équipe. Les possibilités de réponses étaient « en premier », « en dernier » ou « autre ». Les réponses données à ces trois options nous montrent que même dans le cadre des cours de sport scolaire, les jeunes accordent de l'importance à la victoire et veulent les meilleurs éléments dans leurs équipes.

De plus, nous constatons que peu de jeunes disent être choisis en dernier. Cependant, nous avons relevé que les sportifs sont plus souvent choisis en première position et que dans les options « en dernier » et « autre », nous retrouvons plus de non-sportifs.



Graphique 15 Ordre dans le choix des équipes (sportif/non-sportif)

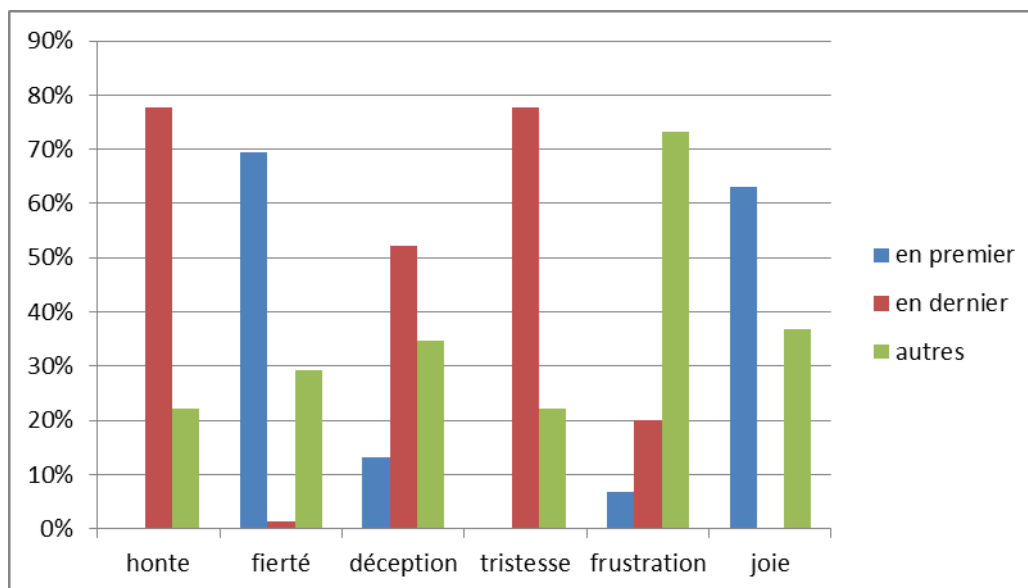
Dans ce second graphique, la différence est plus frappante, les garçons sont majoritairement choisis en première position, tandis que les filles sont choisies plus tard.



Graphique 16 Ordre dans le choix des équipes (fille/garçon)

En analysant les sentiments ressentis face aux choix des équipes dans le graphique ci-dessous, nous avons pu constater que les jeunes ressentaient de la joie lorsqu'ils étaient choisis en premier et de la déception dans le cas contraire. De plus, un sentiment de frustration est également ressenti à plus de 60% des cas si le jeune n'est pas choisi en

premier. Si les jeunes ne sont pas choisis en premier, ils éprouvent ces sentiments négatifs ayant un impact sur leur estime de soi et comme vu dans le schéma de Fox et Corbin (in Delignières, 2008), donc le fait d'être choisi en premier conduirait à une meilleure estime de soi.



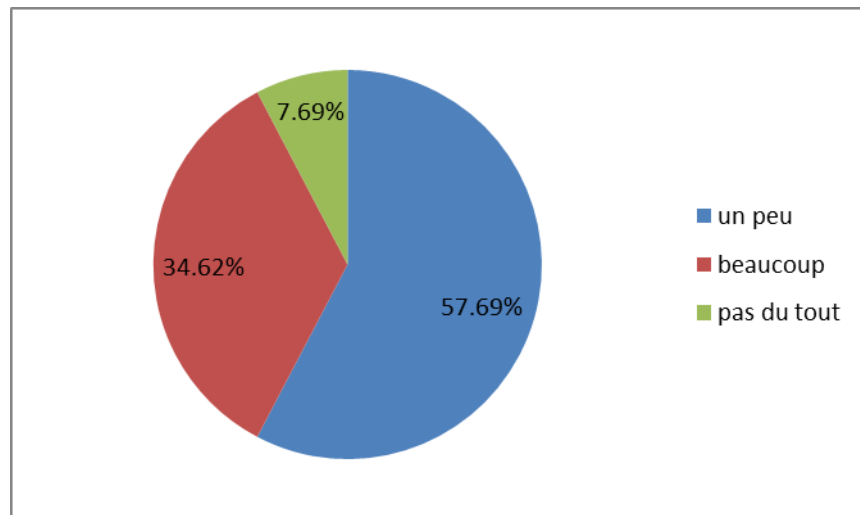
Graphique 17 Sentiments face au choix des équipes

Les sentiments négatifs qui émanent de ce graphique pourraient provoquer un esprit de compétition excessif lors des cours de sport. Les jeunes pourraient éprouver l'envie de montrer de manière exagérée leurs capacités, afin de ne plus reproduire le schéma et ne plus être choisis en dernier. Ceci dans le but de ne plus ressentir de sentiments désagréables. Pour ce faire, nous avons pu voir dans la théorie ce que les jeunes pourraient utiliser pour y parvenir.

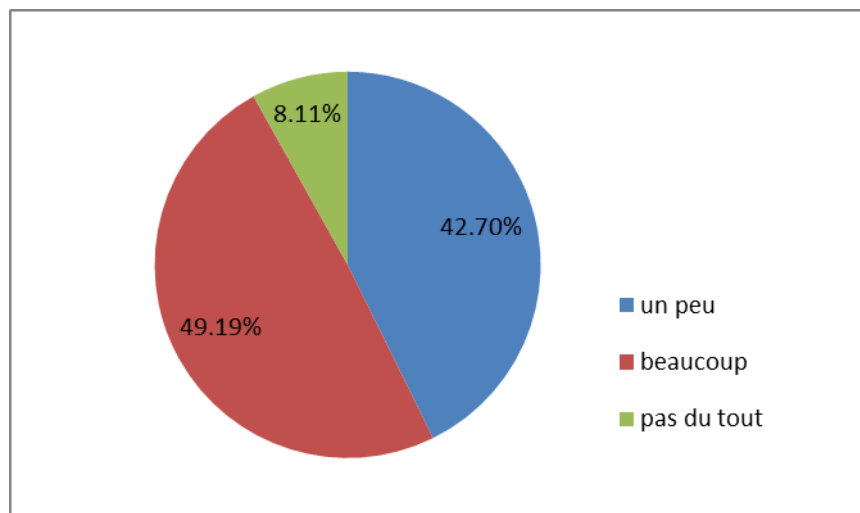
Tout d'abord, dans la définition donnée par De Coubertin (in Defrance, 2011), le sport est appuyé par un désir de progrès qui peut aller jusqu'au risque. Malgré la réaction des éducateurs physiques face à cette définition, ils définissent eux aussi le sport comme un moyen de poursuivre un objectif. Nous pouvons, à ce niveau, aussi faire un lien avec les valeurs du sport comme la persévérance, qui peuvent être liées à celles de la vie quotidienne.

Pour la suite, nous comparerons l'amour de la compétition d'un sportif à celle d'un non-sportif. Lors du dépouillement du questionnaire, nous avons pu constater que la compétition était importante pour tous. Ces deux graphiques ci-dessous en sont la preuve. La compétition est « un peu » et « beaucoup » plus appréciée chez les sportifs mais la différence n'est que minime.

Selon nos analyses, 49.19% des sportifs contre 34.62% des non-sportifs aiment la compétition. En nous référant à ces chiffres, nous pouvons constater que la pratique sportive favorise donc la compétition. Cependant, nous développerons ces chiffres pour une meilleure compréhension.



Graphique 18 Les non-sportifs aiment-ils la compétition?



Graphique 19 Les sportifs aiment-ils la compétition?

Nous nous permettons d'infirmer une partie de cette sous-hypothèse car en nous référant à la théorie et à ces deux graphiques ci-dessus, la pratique sportive ne favorise pas forcément la compétition. Nous constatons qu'en ne prenant que le critère « pas du tout » une différence minimale en ressort. De plus, lors de l'écriture de la partie théorique, nous avons pu constater certains désaccords entre les différents auteurs à ce sujet. Certains accordent au sport des valeurs intrasèques pour la société tandis que d'autres stipulent le contraire. Cependant, nous pouvons aussi relever que les sportifs répondent plus facilement au critère « beaucoup » que les non-sportifs. À ce stade, nous pouvons difficilement effectuer une conclusion décisive.

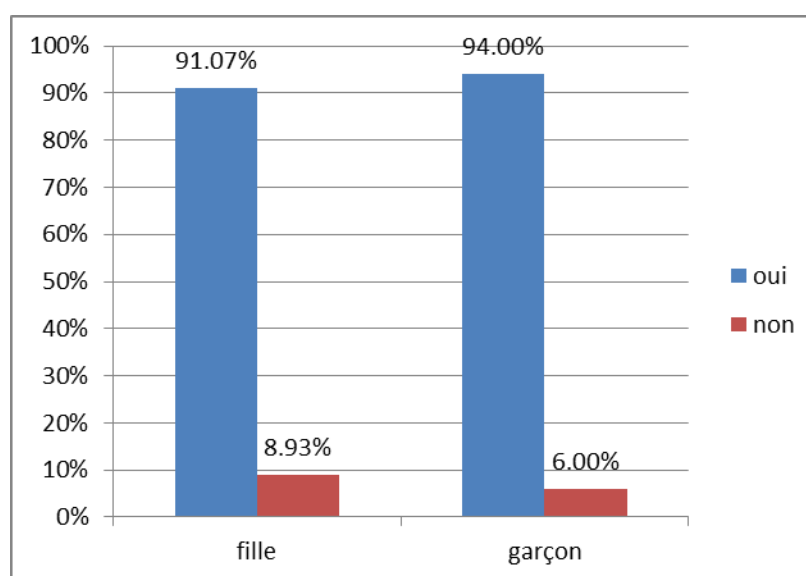
Comme déjà expliqué plus tôt, les garçons et les filles ne s'associent pas au même modèle sportif (Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche in Falcoz et Koebel, 2005). Les jeunes hommes s'identifient à la performance et à la technique, tandis que les filles à l'esthétisme et à la détente. Cette mixité pourrait mettre à l'écart les filles qui ne correspondent pas aux modèles

sportifs compétitifs. De plus, dans l'hypothèse précédente¹⁰, nous remarquons une différence entre les filles et les garçons concernant l'amour de la compétition. Les garçons y accordent beaucoup d'importance tandis que les filles semblent moins attirées par cette dernière. En effet, les garçons aiment à plus de 55% « beaucoup » la compétition et les filles ont répondu à plus de 50% qu'elles aiment « un peu » la compétition.

Nous pouvons alors en partie confirmer la théorie. Cependant, il nous paraît important de relever que les jeunes filles ne sont pas indifférentes à la compétition. Ceci contredirait partiellement les théories de Belotti (1995) qui prétend que les filles accèdent à la socialisation en interdisant toute agressivité physique. La compétition, la hargne et la gagne sont des termes connotés masculins. Les filles considèrent le sport comme un moment de convivialité, où elles peuvent discuter et s'amuser. Elles auraient donc de la peine à trouver leur place dans cet environnement.

Le professeur sportif influencerait-il la combativité de la jeune fille ? Selon Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche (Falcoz et Koebel, 2005), il peut y avoir un décalage entre les attentes de l'adolescente et celles du professeur. Ce décalage peut entraîner un abandon ou une perte de motivation.

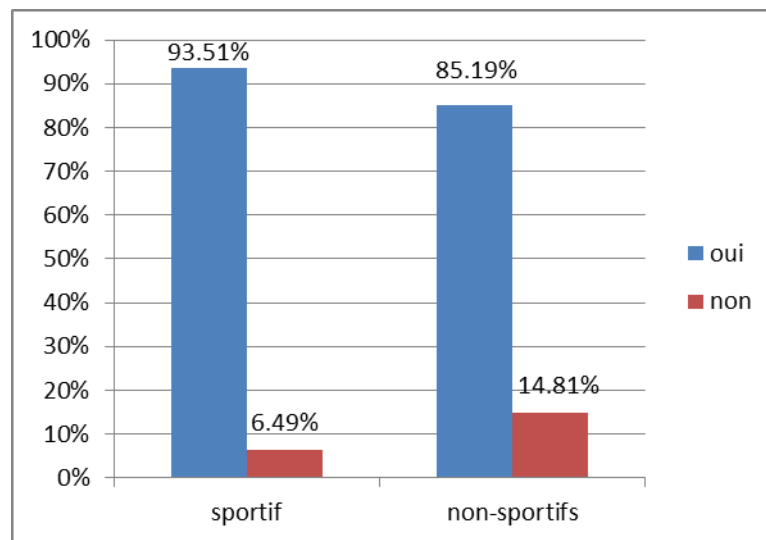
Pour aller plus loin et mieux comprendre cette sous-hypothèse, nous avons été attentives aux réponses données par les jeunes concernant la tricherie et la détermination. En effet, ces dernières permettent de déterminer l'importance que le jeune accorde à la compétition. Est-il prêt à tout donner, voire tricher pour gagner ou préfère-t-il respecter les règles ?



Graphique 20 Les jeunes sont-ils prêts à transpirer pour gagner?

¹⁰ Cf. Graphique 5 : Les jeunes aiment-ils la compétition ?

Nous avons comparé les filles et les garçons ainsi que les sportifs et les non-sportifs. Les résultats sont rassurants et nous prouvent que la plupart sont prêts à transpirer et cela sans tricher pour arriver à leur fin.

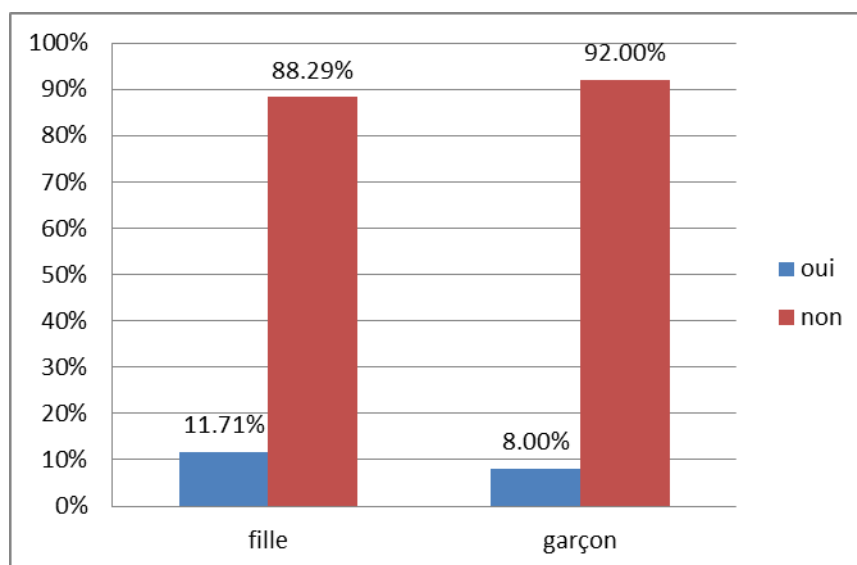


Graphique 21 Les sportifs et non-sportifs sont-ils prêts à transpirer pour gagner?

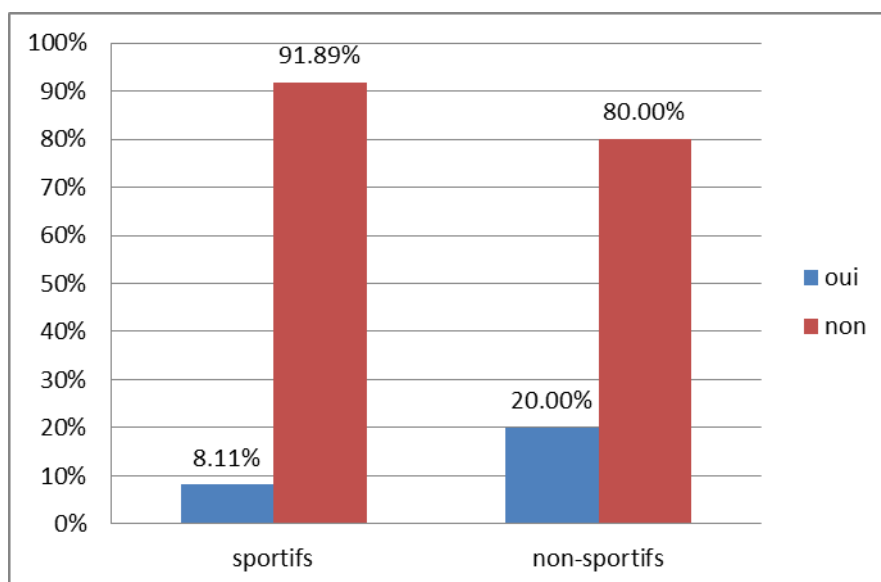
Concernant la tricherie, nous trouvons intéressant d'en parler dans notre travail car, de nos jours, celle-ci n'est plus taboue. Ce sujet est constamment abordé dans les médias et nous voulons nous rendre compte de la place qu'il occupe dans le sport.

Les résultats ressortis sont qu'entre les garçons et les filles, il n'y pas de différence alors que les non-sportifs sont plus disposés à tricher que les sportifs. Ceci pourrait être dû en partie à la difficulté qu'auraient les non-sportifs à se faire une place dans le monde du sport.

Nous pourrions l'expliquer par les théories de Gasparini (2005). Selon lui, le sport n'aurait aucune valeur intrinsèque. Le sport exclu les moins forts qui devraient trouver des subterfuges et des astuces pour gagner. Si les jeunes ne pratiquent pas de sport extra-scolaire, ils pourraient ne pas avoir conscience des valeurs dans le sport et ne pas considérer la tricherie comme grave dans ce milieu. Pour ces jeunes non-sportifs, le sport pourrait n'être qu'un simple jeu alors que pour d'autres ce serait un moment où la compétition demeurerait un des éléments les plus importants.



Graphique 22 Les jeunes sont-ils prêts à tricher pour gagner?



Graphique 23 Les sportifs et non-sportifs sont-ils prêts à tricher pour gagner?

Comme déjà expliqué, si le jeune n'a jamais pratiqué de sport extrascolaire, personne ne lui aura transmis ses valeurs. Selon Attali (2004), la principale valeur du sport est éducative. Il permet aussi de réaliser l'impact des actions individuelles ou collectives. Par ailleurs, Robert Badinter (in Attali, 2004 : 160), mentionne que le sport n'est pas seulement la réalisation d'une performance, il représente surtout le respect des règles, la maîtrise de soi et la reconnaissance.

Conclusion

À cette sous-hypothèse, nous constatons qu'il est difficile de répondre. Selon les graphiques, les adolescents aiment la compétition, qu'ils soient sportifs ou non. Cependant, nos lectures nous mettent en garde sur plusieurs facteurs interférant à cette réponse. Les professeurs ou encore l'éducation peuvent, entre autres, l'influencer. Cependant nous avons

constaté que la majorité était prête à transpirer pour gagner et tout cela sans utiliser la tricherie.

Il est aussi important de relever que les filles accordent, elles aussi, de l'importance au sport. Ceci contredit alors les théories d'Elena Belotti (1995).

Nous ne pouvons finalement ni infirmer ni confirmer cette sous-hypothèse « La pratique sportive favorise le combat, la hargne et le goût à la compétition ». Nous avons pu relever qu'en général les jeunes aiment la compétition. La moitié des sportifs a répondu à la question concernant la compétition par « beaucoup » tandis que les non-sportifs y répondent par « un peu ». Cette différence n'est que minime et n'est malheureusement pas assez significative. Nous avons aussi pu constater, grâce aux apports théoriques, que le fait d'aimer la compétition n'amenait pas forcément au combat ou à la hargne. Le sport véhicule des valeurs intrinsèques qui apprennent aux jeunes le respect des règles. Grâce aux questionnaires, les jeunes nous ont prouvé qu'ils ne sont pas prêts à tricher pour gagner et qu'ils prennent donc en compte ces valeurs.

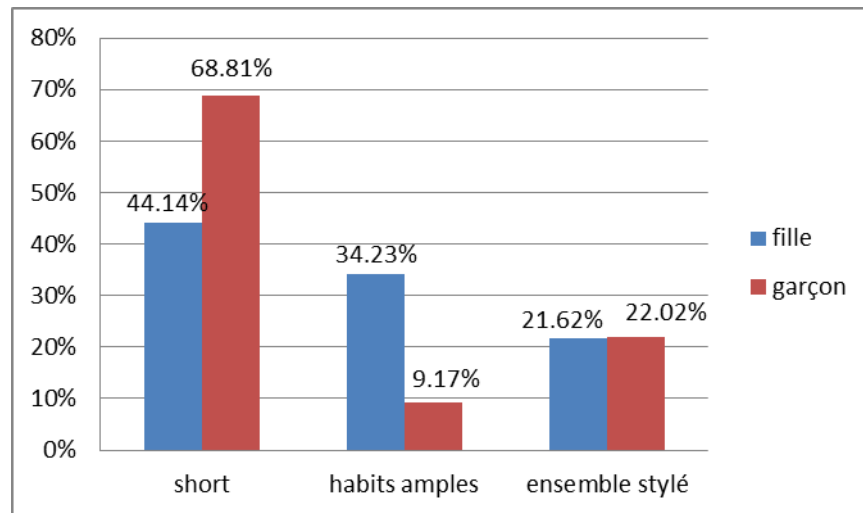
Et si l'enjeu était plus important, cela changerait-il ? Nous ne pouvons pas donner de réponses à cette question mais nous pensons cependant que l'enjeu n'est pas le seul critère pouvant modifier la réponse à cette hypothèse.

8.2.2. Analyse sous-hypothèse 2.2

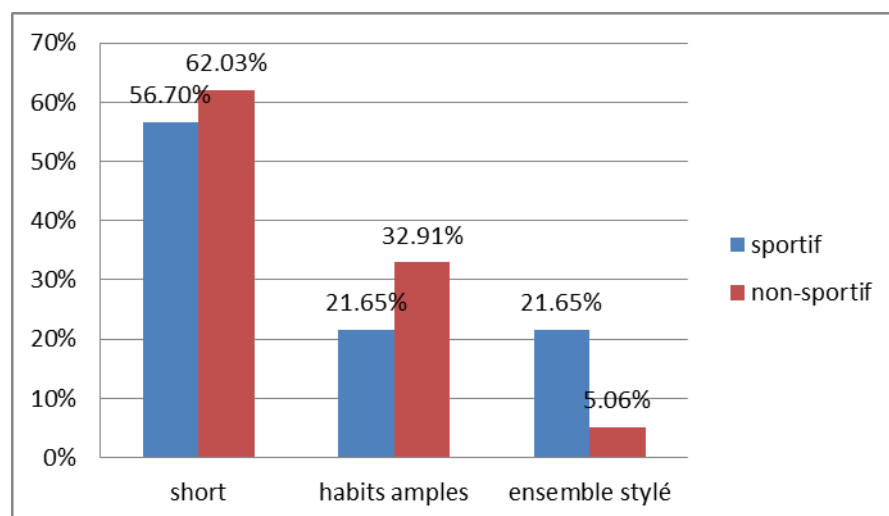
« La pratique sportive défavorise la perception que le jeune a de son image »

Pour cette sous-hypothèse, nous tenterons de comprendre si les tenues de sport mettent les jeunes à l'aise ou si, au contraire, elles les dévalorisent.

Grâce aux réponses données dans les questionnaires, nous constatons que tous préfèrent les shorts mais que les habits amples sont portés majoritairement par des filles et des non-sportifs. Par l'option de réponse « ensemble stylé », nous voulions mettre en avant le côté mode des jeunes. Nous relevons que les non-sportifs sont moins de 10% à porter un « ensemble stylé ». Cependant, nous ne pouvons pas en conclure qu'ils n'accordent pas d'importance à la mode ou à leur physique dans la pratique sportive. En effet, les raisons pourraient être diverses (manque de moyen, choix des parents, etc.).



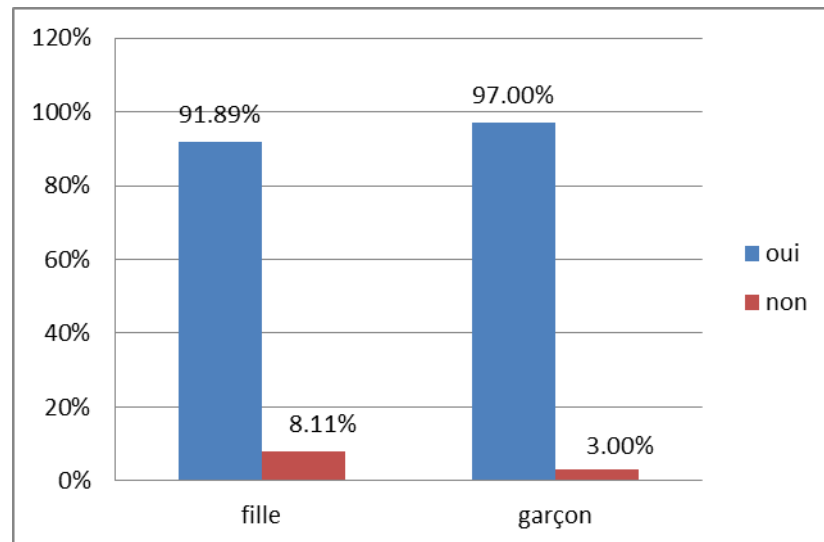
Graphique 24 Tenues lors des cours de sport (fille/garçon)



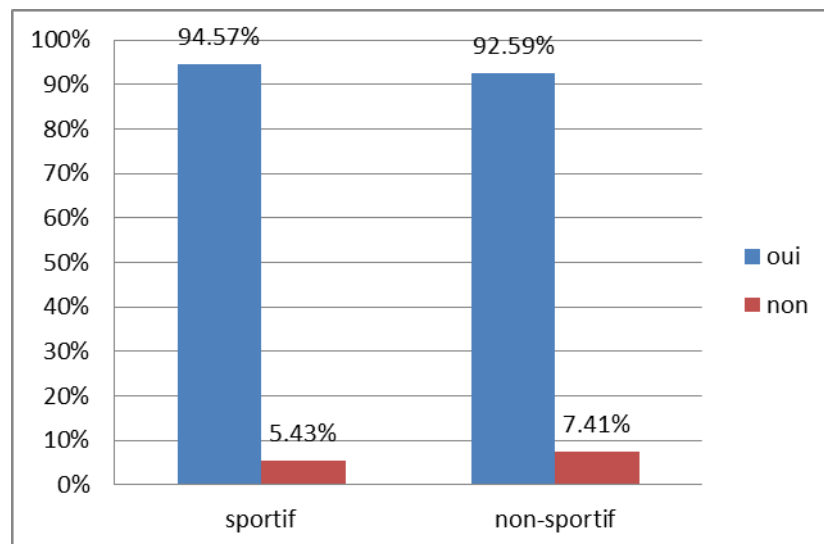
Graphique 25 Tenues lors des cours de sport (sportif/non-sportif)

Ces statistiques nous permettent de faire des liens avec la théorie et nos connaissances. Nous avons souvent pu lire que la mode était un repère important pour les adolescents. Ils se comparent et s'attachent à des modèles de beauté. Selon nous, chaque jeune essaie de s'habiller à son avantage. Certains mettront des ensembles courts qui les mettent en valeur pendant que d'autres utiliseront les habits amples pour cacher leurs complexes. Nous tenterons de définir les impressions de chacun dans les analyses suivantes.

Grâce au prochain graphique, nous comprenons que la majorité des jeunes se mettent volontiers en habits de sport, ce qui nous permet d'avancer que, comme dit plus haut, chaque jeune s'habille pour être à l'aise.



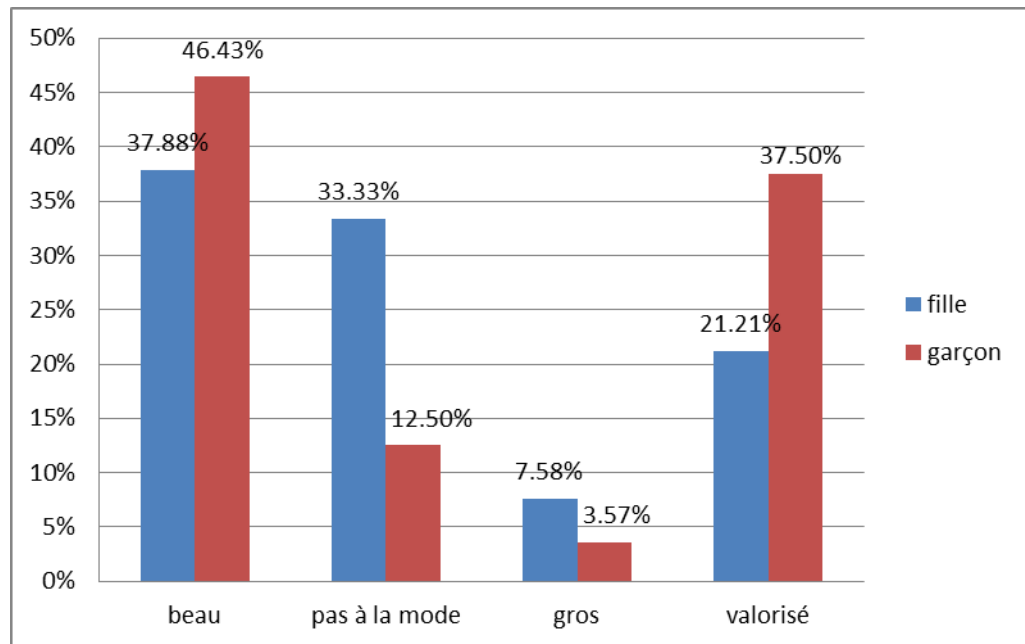
Graphique 26 Les filles ou les garçons se mettent-ils volontiers en habits de sport?



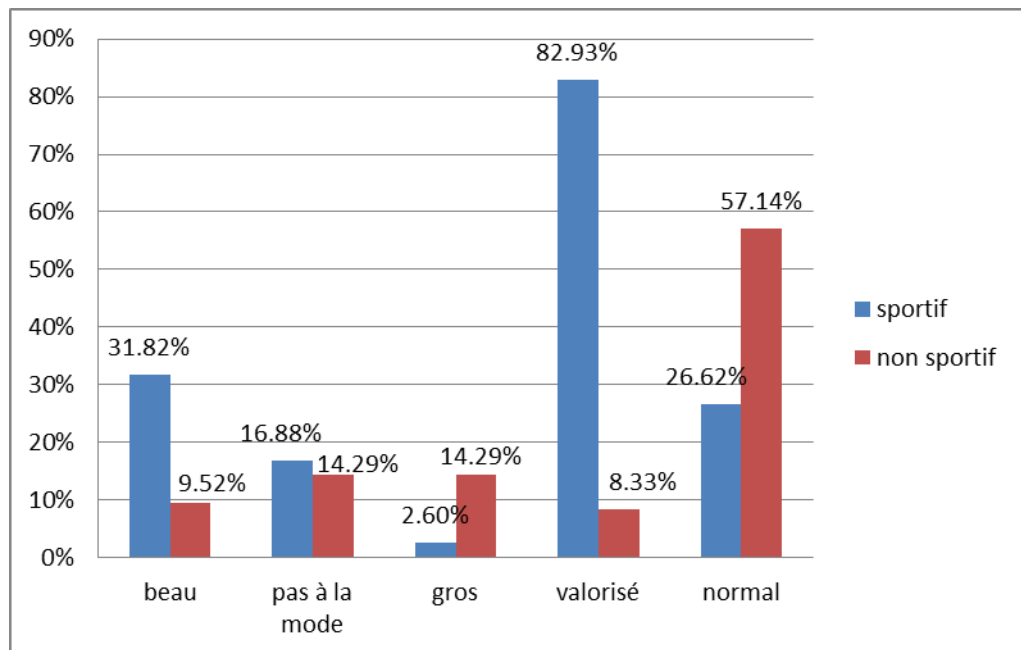
Graphique 27 Les sportifs ou non-sportifs se mettent-ils volontiers en habits de sport ?

De plus, nous relevons qu'il n'y a qu'une faible différence entre filles et garçons et sportifs et non-sportifs. Ces résultats ne nous apparaissent donc pas comme significatifs.

À contrario, pour la question suivante les avis divergent. Nous avons proposé quatre qualificatifs aux jeunes pour se décrire en habits de sport. Même si les jeunes se mettent volontiers en tenues sportives, nous pouvons voir qu'ils ne se sentent pas tous à l'aise.



Graphique 28 Sentiments en habits de sport (fille/garçon)



Graphique 29 Sentiments en habits de sport (sportif/non-sportif)

Dans le premier graphique qui compare les filles et les garçons, nous remarquons que les garçons se sentent beaux et valorisés, tandis que les filles se considèrent également comme belles mais pas à la mode. À peine 10% séparent les critères « beau » et « pas à la mode » ce qui signifierait que les filles accordent autant d'importance à la beauté qu'à la mode.

À ce stade, nous pouvons nous demander si les filles ne sont pas plus influencées par la mode que les garçons et si elles n'y accordent pas beaucoup plus d'importance.

Dans le second graphique, nous comparons les sportifs aux non-sportifs. La différence est flagrante. Les sportifs se sentent valorisés et laissent de

côté les qualificatifs concernant la beauté. De leur côté les non-sportifs se qualifient de « normal ». Cet adjectif peut avoir deux significations. Il peut signifier que le fait d'être en habit de sport ne change rien ou au contraire qu'ils se sentent, pour une fois, normaux comparés aux autres. Nous n'avons malheureusement pas été plus loin dans cette réflexion. Cependant, nous pouvons relever que les non-sportifs ne se sentent que très rarement valorisés. Si nous nous rappelons le schéma de Fox et Corbin (in Delignières, 2008), nous remarquons que l'apparence physique perçue est un des piliers pour une bonne construction de l'estime de soi.

De plus, nous avons aussi pu lire que, selon Andre et Lelord (2011), l'apparence physique a un impact conséquent sur la construction de l'estime de soi. Celle-ci est évaluée et jugée immédiatement, il n'y a besoin d'aucun examen pour l'évaluer. Pour eux, l'impact a moins de conséquence chez le jeune homme car celui-ci est habitué à prendre des risques physiques et sociaux ce qui expliquerait nos statistiques.

D'autre part, nous rappelons que l'apparence est mise en avant dans les médias et que les jeunes peuvent ressentir une pression face à la perfection du corps. Les deux précédents auteurs nous l'ont fait remarquer en citant des chiffres étonnants ayant retenu notre attention. Selon eux, 60% des adolescentes se sentent trop grosses et seulement 20% sont satisfaites de leur corps. En comparaison avec nos statistiques, nous voyons que peu d'entre elles se trouvent grosses. Cependant, nous supposons que ces chiffres divergent en raison des nombreuses options possibles dans la réponse à la question posée.

Pour enrichir cette sous-hypothèse, nous souhaitons faire un lien avec la théorie d'Erickson (1972). La phase de l'adolescence, selon lui, se termine par une clarification de l'identité du Moi. Les préoccupations du jeune tournent autour de son corps et de son développement. Il serait plus facile pour lui de le maîtriser et de ne pas ignorer comment ses camarades le voient. Le fait de contrôler les changements physiques l'aidera à acquérir une bonne estime de soi et à accepter les remarques positives ou négatives des autres.

Conclusion

Nous pouvons donc, en partie, infirmer que « La pratique sportive défavorise la perception que le jeune a de son image ». Nous avons pu constater que les jeunes sportifs se sentaient valorisés et les non-sportifs normaux. Cependant, en ce qui concerne la différence de genre, nous avons pu voir que les filles avaient du mal à accepter leur image en cours de sport dû à la transpiration, aux rougeurs ou aux rondeurs. Elles doivent accepter de ne pas correspondre à l'idéal de beauté. Cette affirmation ne correspond pas seulement au sport mais plutôt à la période de l'adolescence. Les adolescents sont en pleine construction identitaire, ils sont donc amenés à se questionner face à leurs différences et à s'affirmer. Le sport peut être un bon moyen de le faire, mais s'il est

enseigné de manière inappropriée, nous pouvons voir qu'il est un moyen de défavoriser la perception du jeune face à son image.

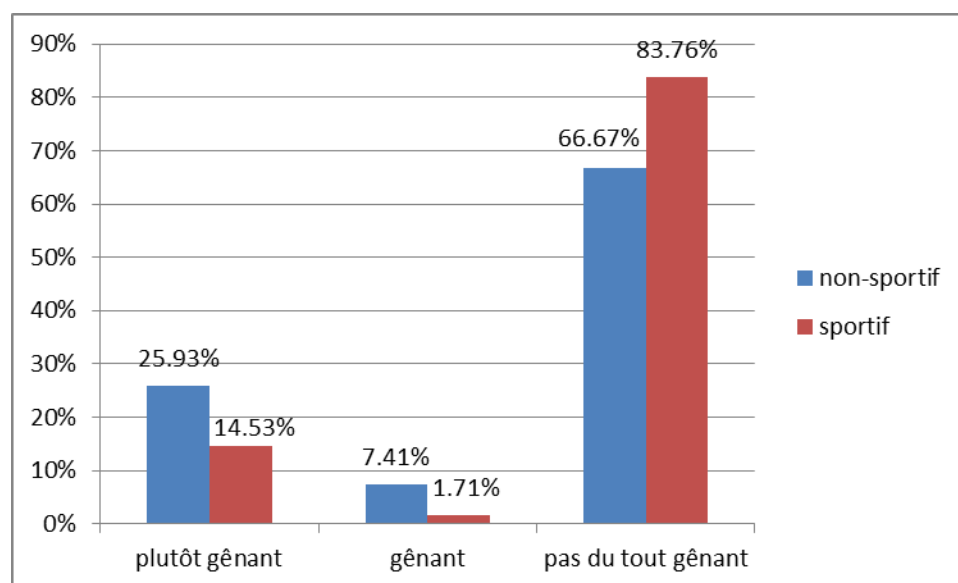
8.2.3. Analyse sous-hypothèse 2.3

« La pratique sportive favorise les critiques touchant à l'intégrité de l'adolescent »

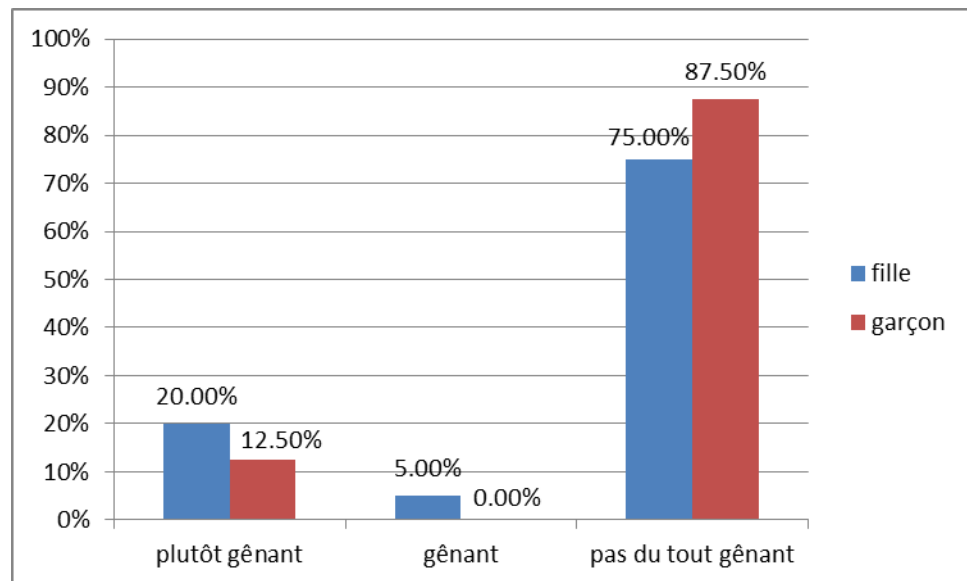
Pour cette dernière partie, nous souhaitons mettre en avant les conséquences possibles des critiques faites dans la pratique sportive. Souvent, les adolescents ne considèrent pas l'impact de leurs mots. Dans la suite de notre travail, nous travaillerons sur le contenu de ces critiques et son impact.

Selon Costa-Lascoux (1991), l'intégration est une dynamique dont tous les éléments jouent un rôle précis dans le groupe et respecte l'intégrité des autres membres. Pour cette sous-hypothèse, nous considérons l'équipe ou la classe sportive comme groupe pour prouver l'importance du respect de l'intégrité pour une bonne intégration.

Pour commencer, nous souhaitons non seulement connaître leur sentiment lors des cours de sport mais aussi dans les vestiaires où leur intimité doit être dévoilée. Il est important de préciser que le cours de sport est le seul à demander aux élèves de se déshabiller et de dévoiler leur intimité. À notre surprise, la plupart ne sont pas du tout gênés. Les garçons et les sportifs ne montrent que très peu de gêne, voir aucune, à ce moment. Il est intéressant de relever qu'aucun garçon n'a mentionné être gêné dans les vestiaires. Nous pouvons aussi constater que, si nous regroupons les critères « plutôt gênant » et « gênant », une partie non négligeable des élèves se sentent mal à l'aise. Ce résultat nous confirme à nouveau l'importance du physique étudié dans les sous-hypothèses précédentes.



Graphique 30 Sentiment de gêne des sportifs et non-sportifs dans les vestiaires



Graphique 31 Sentiment de gêne des filles dans les vestiaires

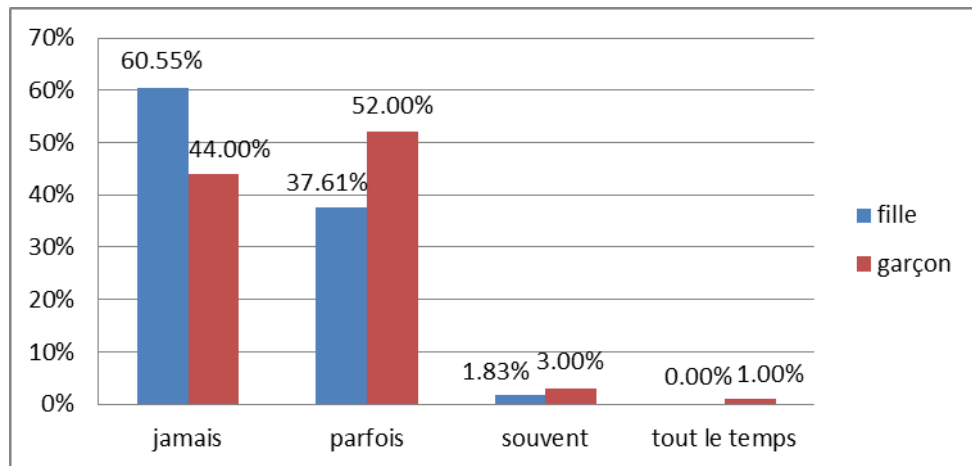
En lien avec la théorie, nous remarquons que le jeune qui ne se sent pas bien dans son corps et pour qui le fait de se changer devant les autres est gênant, peut se mettre à l'écart d'une manière volontaire ou involontaire. Comme dit plus haut, même si cela ne se produit qu'en cours de sport, il peut provoquer des moqueries tout au long de la journée.

Nous rappelons que selon Anne-Marie Rocheblave-Spenlé (1969), la valorisation du corps et de soi-même est une étape primordiale à l'adolescence. Lors de cette étape, l'attention du jeune se porte essentiellement sur son corps. Il manifeste la personnalité de l'adolescent et ce dernier passe des heures à l'examiner et le critiquer pour mieux le maîtriser.

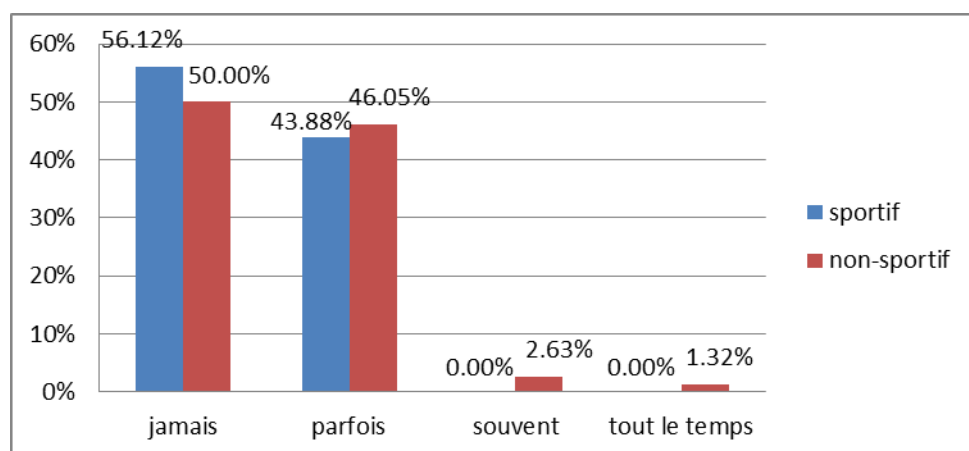
Lors des changements dans les vestiaires, les jeunes doivent dévoiler une partie de leur intimité et cela peut être un facteur de gêne. Cependant lors de cette analyse, nous constatons le contraire. Nous pensons que, comme les jeunes se connaissent, la gêne n'est pas prioritaire. De plus, les vestiaires ne sont pas mixtes donc ils n'ont pas à faire face aux regards des jeunes du sexe opposé.

Pour la suite, nous nous penchons sur les remarques faites aux camarades. Dans les deux prochains graphiques, nous souhaitons relever si les jeunes sont conscients de leurs remarques et si les chiffres sont cohérents. Nous avons effectivement vu que, à quelques unités près, les statistiques sont les mêmes.

Dans ces deux graphiques, nous constatons que la majorité des jeunes ne font généralement « jamais » de remarques envers leurs camarades.

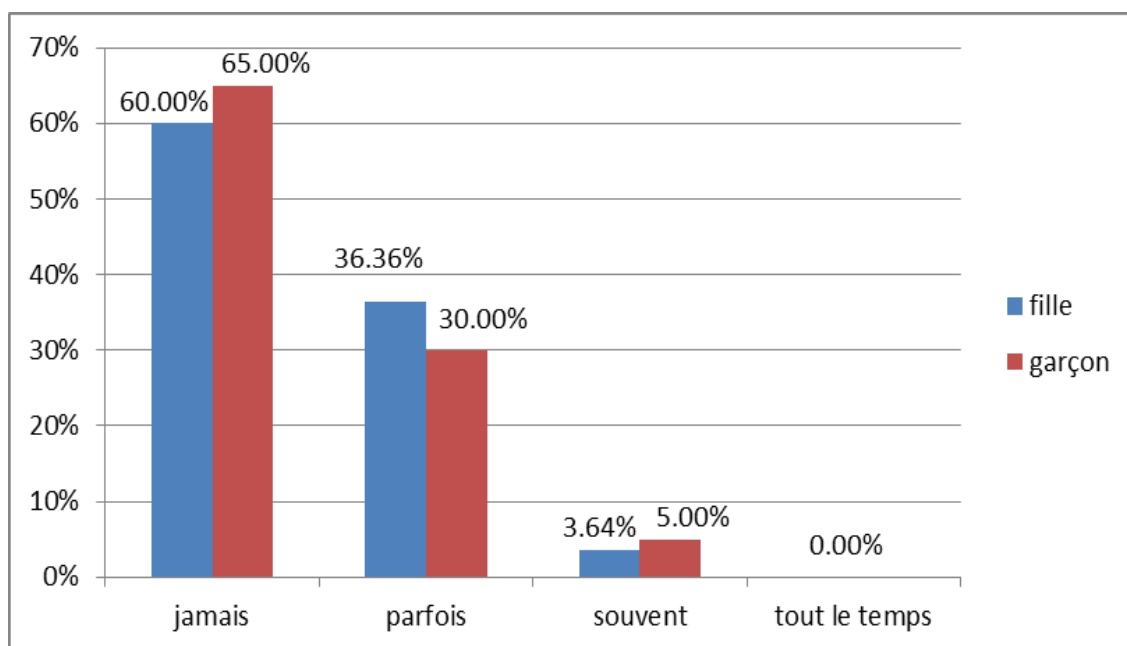


Graphique 32 Remarques faites aux camarades (fille/garçon)

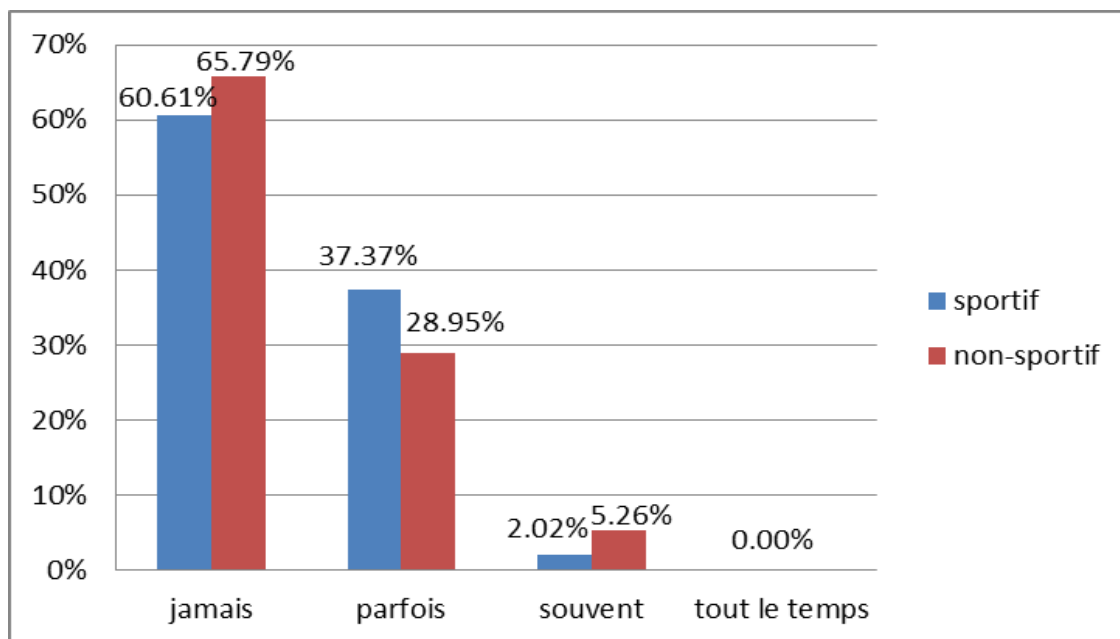


Graphique 33 Remarques faites aux camarades (sportif/non-sportif)

Dans les deux graphiques suivants, nous pouvons faire le lien en relevant que la majorité des jeunes ne reçoivent habituellement « jamais » de remarques de la part de leurs camarades. Nous constatons que ces quatre graphiques sont fortement liés et contredisent certains éléments de la partie théorique.



Graphique 34 Remarques reçues de la part des camarades (filles/garçons)

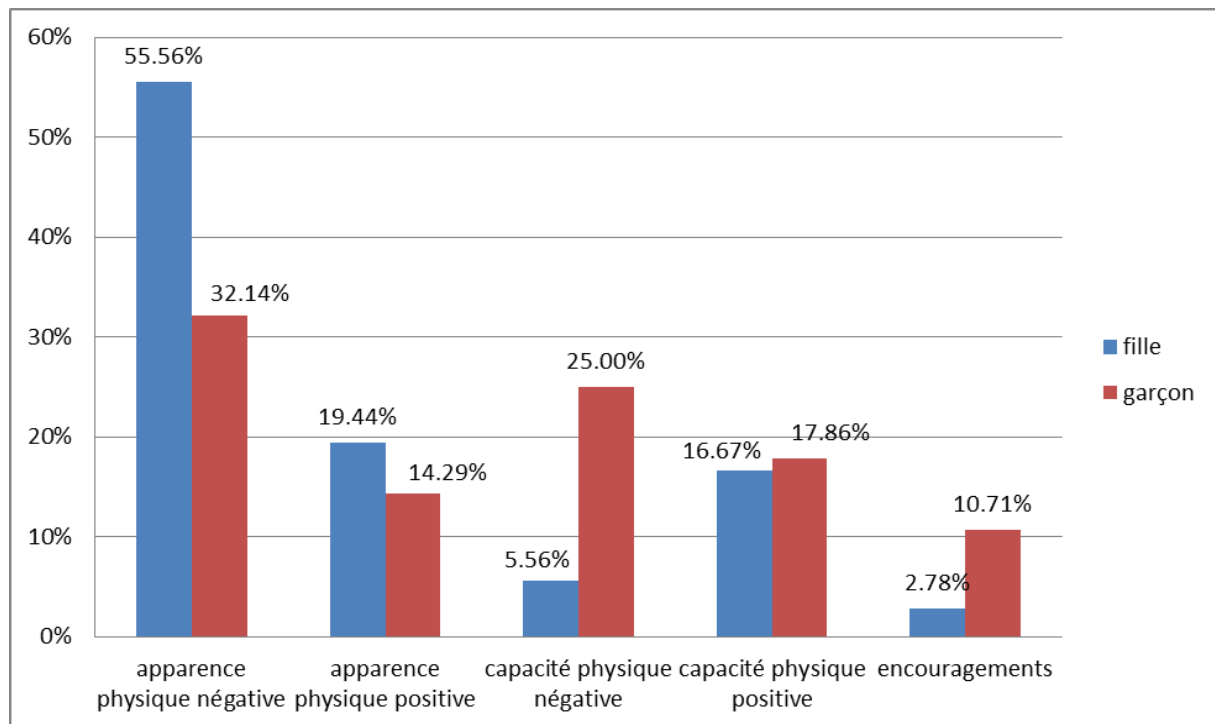


Graphique 35 Remarques reçues de la part des camarades (sportif/non-sportif)

Lors de l'écriture de la partie théorique, nous avons pu constater que les avis des auteurs divergeaient. Certains accordent des vertus éducatives aux sports telles que le respect, la persévérance et l'entraide tandis que d'autres prétendent le contraire. En reprenant les graphiques, nous pouvons en effet constater que le respect dans le sport est présent. Bien que certains utilisent des moqueries et des remarques blessantes, ils restent minoritaires.

Pour mieux les comprendre, nous utilisons deux nouveaux graphiques qui définissent les remarques. Nous avons pu relever différentes catégories de critiques adressées à l'adolescent par les camarades de classe. Les remarques sont classées selon les capacités physiques positives ou

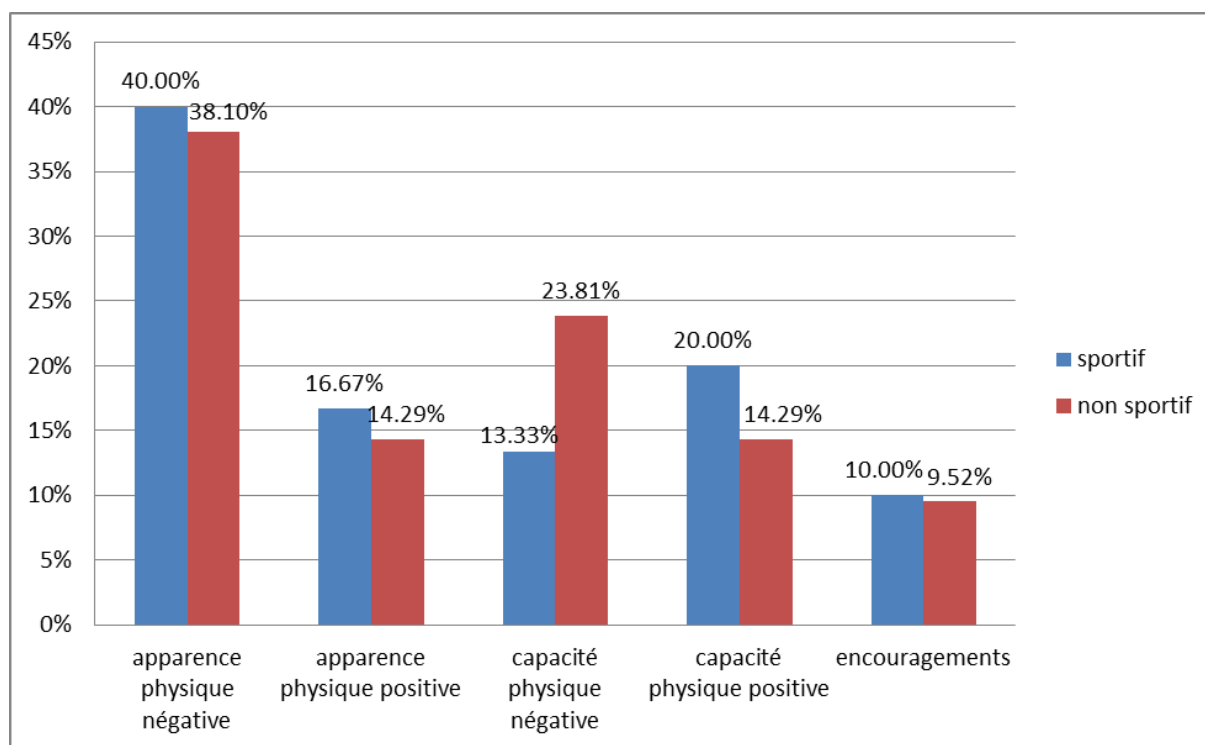
négatives, l'apparence physique positive ou négative, les encouragements et les remarques sur l'habillement du jeune.



Graphique 36 Genre de remarques reçues de la part des camarades (filles/garçons)

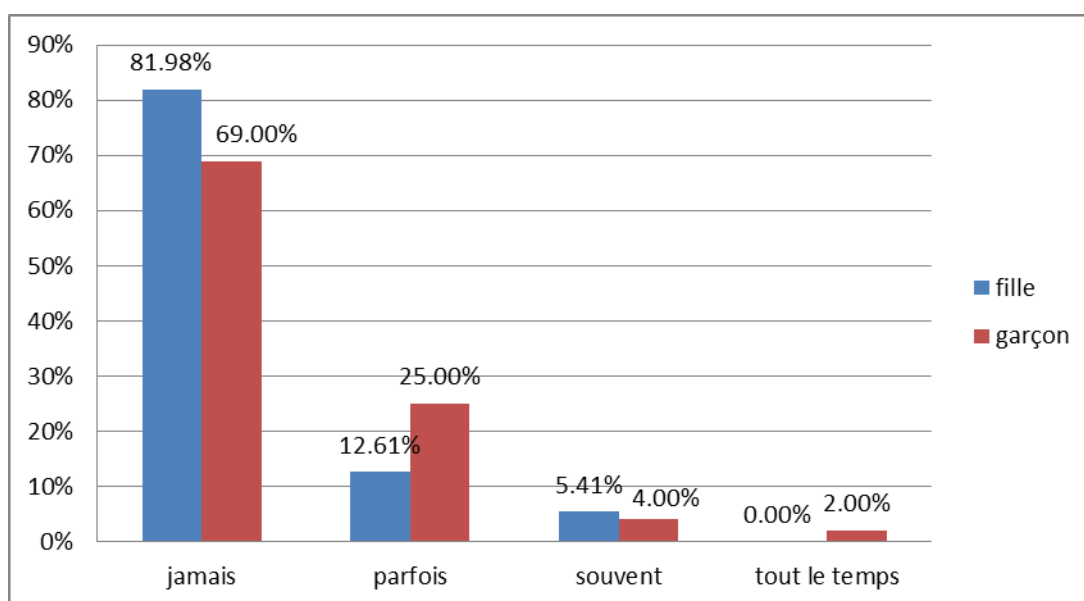
Malheureusement, seuls 51 jeunes ont répondu à cette question. Nous pouvons donc confirmer que peu d'entre eux reçoivent des remarques et qu'il est donc difficile d'approfondir cette partie. Mais malgré le peu de réponses, nous constatons que les filles reçoivent plus de remarques négatives sur leur apparence physique. Comme vu dans les sous-hypothèses précédentes, les jeunes filles accorderaient beaucoup d'importance à leur physique, cela pourrait être l'une des explications à cette statistique.

Nous remarquons une nette différence dans les remarques données aux garçons et celles accordées aux filles. Les garçons sont jugés plus facilement sur leur capacité physique et les filles sur leur apparence physique. Cette analyse confirme alors la théorie. Les auteurs Moulin, Le Bars, Lacombe et Megdiche (in Falcoz et Koebel, 2005) avaient associés la performance et la technique au genre masculin et l'esthétisme et la détente au genre féminin.

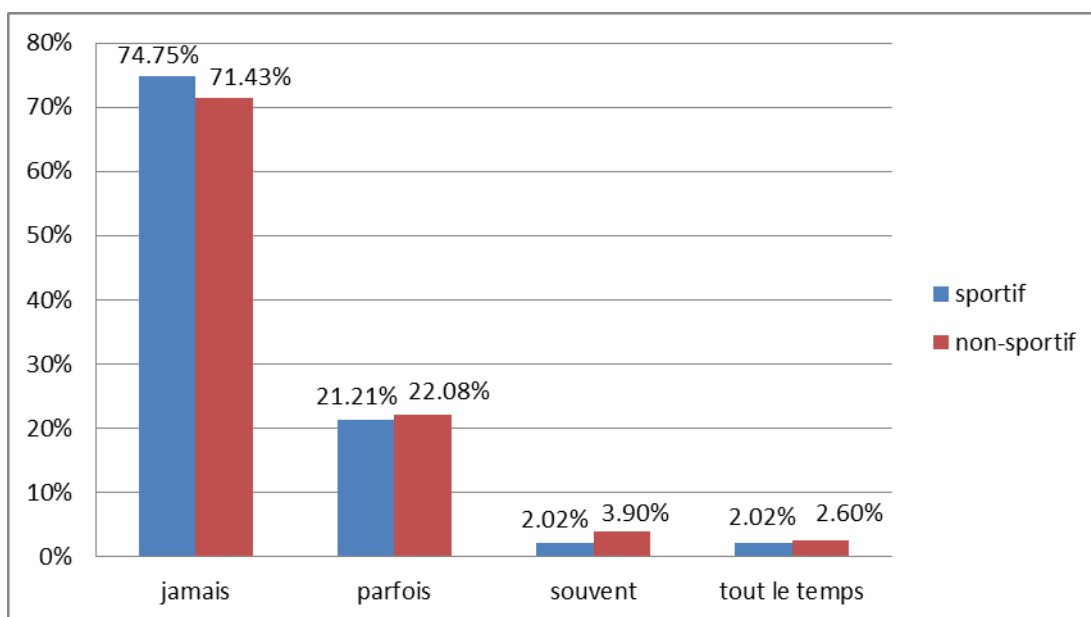


Graphique 37 Genre de remarques reçues de la part des camarades (sportif/non-sportif)

Selon nous, il était intéressant de relever l'impact des professeurs en tant que modèle pour les élèves. Nous avons donc demandé aux jeunes s'ils recevaient des remarques de leur part. Comme dans les précédents graphiques, les remarques se font rares. Il se pourrait que les élèves soient influencés par leur professeur et suivraient son modèle. Si le professeur faisait au contraire de nombreuses remarques désobligeantes, les jeunes pourraient être tentés d'imiter son comportement.



Graphique 38: remarques de la part des professeurs (fille/garçon)



Graphique 39 Remarques reçues de la part des professeurs (sportif/non-sportif)

En ce qui concerne le genre de remarques faites par les professeurs, seuls 35 élèves ont répondu à cette question. Nous remarquons donc que les remarques ne sont pas omniprésentes en cours de sport. À notre avis, les conséquences des remarques ne sont pas assez importantes pour être mentionnées. Mais nous pouvons tout de même relever que les garçons reçoivent plus de remarques de leur professeur que les filles.

Grâce à ces graphiques, nous pouvons lier notre théorie à nos statistiques. Attali (2004) explique que le sport représente un des meilleurs moyens d'éducation en véhiculant des valeurs telles que la responsabilité, la démocratie ou encore la construction de la personnalité. Ces graphiques nous prouvent que les jeunes ne font que très peu de remarques et nous constatons que ces valeurs sont bien véhiculées dans le sport.

Cependant, rappelons-nous les théories de Guasch (1973), un adolescent qui souffre de retard ou de dysharmonie dans le développement pubertaire pourrait devenir une cible plus facile et le processus d'identification serait alors compliqué. Nous constatons que même si les remarques sont rares, elles peuvent créer un réel embarras pour le jeune qui les subit et ne sont donc pas à négliger.

Ce même auteur, nous rappelle que de nos jours l'idéal est la minceur et que les adolescents y accordent autant d'importance qu'aux regards des autres. Selon nous, ces deux facteurs poussent l'adolescent à se conformer aux normes et à s'identifier aux modèles. Ils évitent alors de « sortir du moule » et de se faire remarquer. De ce fait, l'adolescent éviterait le regard des autres et les remarques.

Comme écrit dans la théorie, Gasparini (2005) n'accorde aucune valeur intrinsèque à la pratique sportive. Il explique que l'exclusion peut se faire, entre autres, par le rejet des moins forts. À nouveau, les graphiques nous

montrent que mêmes les non-sportifs ne reçoivent que très rarement des remarques.

Conclusion

Nous pouvons alors conclure pour cette sous-hypothèse que peu de jeunes ressentent de la gêne en cours de sport, mais aussi que les remarques ne sont pas omniprésentes. Nous pouvons donc constater que la pratique sportive à l'école ne favorise pas forcément les critiques et les remarques. Les jeunes sont respectueux et le sport véhicule très certainement les valeurs intrinsèques que de nombreux auteurs lui accordent. Nous pouvons aussi dire que les professeurs ont un rôle de modèle lors des cours de sport et qu'ils véhiculent leurs propres valeurs. Cependant, il faut être vigilant et ne pas oublier la minorité qui peut souffrir des remarques. Ne faudrait-il pas surtout se concentrer sur cette dernière qui en souffre ?

Synthèse de l'hypothèse 2

« Le sport provoque une baisse de l'estime de soi à l'adolescence »

Pour finir, nous pouvons mettre en lien toutes ces sous-hypothèses pour répondre à notre deuxième hypothèse. Pour cela, nous nous basons sur le tableau de Fox et Corbin (in Delignières, 2008). Voici un rappel des quatre piliers de la valeur physique perçue : condition physique perçue, compétence sportive perçue, force perçue et apparence physique perçue.

Tout d'abord, lors du choix des équipes, nous avons constaté que certains jeunes étaient choisis en premières et d'autres en dernières positions. Ce choix provoque une valorisation ou une dévalorisation chez l'adolescent. La condition physique perçue, les compétences sportives perçues et la force perçue sont trois enjeux provoqués par ce choix. La perception que le jeune se fait de son image va influencer son estime de lui-même.

Ensuite, lors des cours de sport, les jeunes s'habillent différemment. Ils se mettent en valeur ou se cachent avec des tenues adaptées. Les jeunes doivent accepter de se déshabiller, de transpirer, de montrer leurs faiblesses ou leurs défauts physiques. Au contraire, ils peuvent se mettre en avant en montrant leurs qualités physiques et leurs corps sveltes. Lors de ces cours, le quatrième pilier est mis en avant. L'apparence physique perçue est renforcée ou diminuée lors de ces activités sportives.

Pour finir, les remarques positives ou négatives renforcent ces quatre piliers qui sont mis à rude épreuve lors de ces pratiques sportives.

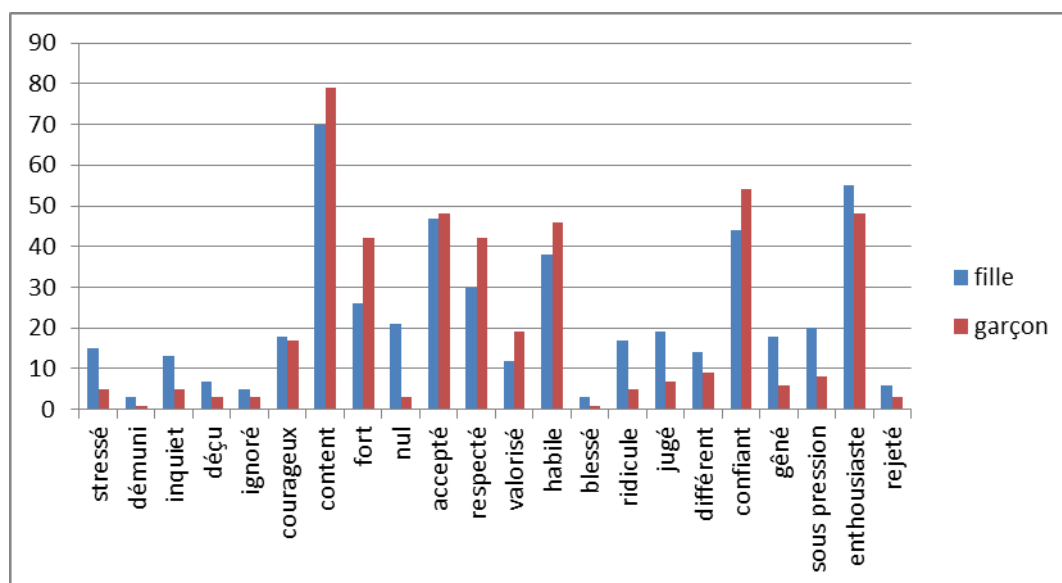
En reprenant les sous-hypothèses, nous avons vu que nous ne pouvions pas confirmer que le sport favorise le combat, la hargne et le goût à la compétition mais qu'il peut l'influencer. La seconde sous-hypothèse a été en partie infirmée. Cependant, le critère de genre est à prendre en compte. Pour finir, nous infirmons aussi la dernière sous-hypothèse. La gêne et les remarques ne sont que

très peu présentes lors de la pratique sportive. Cependant, comme nous l'avons dit, il ne faut pas oublier la minorité et pouvoir travailler avec eux pour éliminer toute gêne.

Nous pouvons donc conclure que le sport n'a pas le même impact sur chaque adolescent. Cependant, nous pouvons contredire l'hypothèse en expliquant que le sport ne provoque pas une baisse de l'estime de soi à l'adolescence. Mais s'il est utilisé de la mauvaise manière en ne l'adaptant pas à chaque individu, il peut créer des dommages sur l'estime de soi. À l'école, il devrait, peut-être, être adapté à chacun, sportif ou non-sportif et fille ou garçon.

Le sport devrait toujours être utilisé pour renforcer l'estime de soi et ne jamais devenir une punition ou un calvaire pour une personne. S'il est correctement utilisé, il peut alors devenir un moyen d'intégration et non plus d'exclusion où les inégalités sont mises en avant.

Nous avons gardé un dernier graphique pour montrer que les jeunes se sentent relativement bien en cours de sport, mais que des progrès sont encore à effectuer pour ne plus avoir de sentiments négatifs. À relever que pour ce graphique l'axe comprend des valeurs correspondant au nombre d'élèves et pas au pourcentage.



Graphique 40 Sentiments des jeunes lors des cours de sport

9. CONCLUSIONS DES ANALYSES

Pour conclure ces analyses, il nous faut revenir à notre question de recherche : « Comment le sport peut-il être facteur d'intégration versus exclusion ? »

Nous pouvons au terme de ce travail dire que le sport peut être facteur d'intégration selon la théorie de Costa-Lascoux (1991). En effet le sport peut permettre une interdépendance entre les membres d'un groupe au moment de la création des équipes ou lorsque le sport est pratiqué dans le but d'être avec ses amis. Ceci montre que le sport peut créer des affinités et une interdépendance. Si ces dernières sont créées entre les membres du groupe, l'intégration peut être considérée comme réussie.

Nous avons pu comprendre que, lors des cours d'éducation physique ou des entraînements, les règles et les valeurs comme, entre autres, le respect étaient exigées. De ce fait, nous pouvons confirmer que le sport impose des règles et qu'il est important de les respecter pour adhérer à la société d'accueil. De plus, nous avons relevé dans nos analyses que très peu de jeunes étaient prêts à tricher pour gagner. Si chacun respecte les règles d'un groupe, il peut dans ce cas y être intégré.

Nous avons constaté que la majorité des jeunes respecte les cours de sport et ses règles comme dans les autres branches scolaires. Nous pouvons donc voir que le sport est un contexte parmi d'autres qui permet le respect de l'unité et l'intégrité de la communauté. Cependant, il faut que chaque membre du groupe soit respecté.

Toutefois, il faut à nouveau être vigilant. Le sport peut être un bon moyen d'intégration, mais il peut, s'il est mal utilisé, devenir un excellent système d'exclusion.

Nous l'avons relevé tout au long de notre travail, la problématique du genre est présente dans le sport. Cependant, l'évolution est visible et la plupart des sports ne sont plus considérés comme uniquement masculin ou féminin sûrement grâce à la médiatisation de la pratique sportive. Toutefois, certains sports comme la boxe, le football et le hockey sont toujours connotés masculins pour les jeunes, tandis que la gymnastique, le patinage artistique, la zumba et la danse classique ont une connotation féminine. Nous expliquons ceci par les différents modèles que suivent les jeunes. C'est-à-dire, l'esthétisme et la détente pour les filles et la performance et la technique pour les garçons.

Le choix des pratiques sportives est donc lié à la perception. Ces perceptions seraient une norme et elle impliquerait une exclusion si celle-ci n'est pas respectée. Les filles et les non-sportifs sont les plus touchés car ils ne correspondraient pas aux modèles sportifs.

De plus, les piliers de l'estime de soi sont essentiels à la construction identitaire du jeune. Le sport peut être utilisé pour renforcer ces piliers et alors consolider l'estime de soi générale de l'adolescent. Mais il peut aussi remettre en cause ces piliers et baisser l'estime de soi du jeune. C'est pour cette raison que les professionnels devraient connaître les conséquences d'un mauvais enseignement. Il faut être attentif au choix des équipes, à l'habillement et aux remarques faites car ces éléments influencent l'estime de soi.

Nous pouvons donc conclure que le sport n'a pas le même impact sur chaque adolescent. Concernant notre question de recherche, sa réponse doit être nuancée.

Nous comprenons maintenant que la manière d'enseigner ou d'utiliser le sport comme outil du travailleur social influence l'intégration ou l'exclusion du jeune. Il est important de prendre en compte plusieurs éléments, comme le respect des règles et de chaque individu en considérant sa capacité physique, ses motivations et ses sentiments. Si ces éléments sont négligés, l'estime de soi du jeune pourrait être endommagée et influencerait sa place dans un groupe.

10. PISTES D'ACTION

L'un de nos objectifs professionnels et personnels était : « Explorer de nouvelles pistes d'actions avec comme outil le sport ». Suite à notre travail, nous pouvons aujourd'hui développer ces pistes d'action avec comme ressources les acquis théoriques et les analyses.

Nous allons tout d'abord donner des pistes d'action générales avant de développer individuellement les pistes d'action, d'une part, pour les éducateurs spécialisés, et d'autre part, pour les animateurs socioculturels.

Pistes d'action générales

Au début de notre travail, nous pensions pouvoir défendre et développer l'accès aux écoles aux travailleurs sociaux pour mettre en place des programmes d'activités sportives. Ces activités favoriseraient l'intégration et la construction d'identité des adolescents en utilisant les compétences des travailleurs sociaux en complémentarité.

Après l'écriture de la partie théorique et les résultats des analyses, nous pouvons aujourd'hui développer cette piste d'action.

Tout d'abord, nous nous sommes rendues compte qu'il sera intéressant de développer une collaboration avec les écoles. Nous savons aujourd'hui qu'un travailleur social n'a pas les compétences nécessaires pour remplacer un enseignant. Chacune des deux professions a ses propres apports théoriques et propres demandes de formation. Les compétences d'un travailleur social ne demandent pas de pratiquer dans des centres scolaires mais bien de collaborer avec ces derniers pour aider au mieux les populations. Ceci devient alors une limite à notre piste d'action. Nous reconnaissons que chaque partie doit respecter les limites et les acquis du travail de l'autre. Il est important que tout le monde reste à sa place et n'empiète pas sur le terrain de l'autre. Cependant, si ces conditions sont respectées, la collaboration sera meilleure. Il ne faut pas oublier que les professionnels doivent travailler pour la population, cette dernière doit être mise en avant pour chaque situation. Pour notre travail, nous pouvons alors conclure que la piste d'action deviendra la collaboration et non le remplacement. Les deux corps de métier devraient pouvoir travailler en complémentarité pour avancer.

De plus, notre travail ne concerne pas seulement le sport scolaire mais bien le sport en général. Comme dit plus tôt, nos questionnaires étaient destinés aux étudiants d'un cycle d'orientation pour toucher la plus vaste population possible en écartant toutes problématiques. Pour cela, nous pouvons alors inclure une nouvelle piste d'action qui serait d'utiliser le sport comme un outil pour le travailleur social. Dans les deux prochains paragraphes, nous développerons cet outil en premier temps pour l'animateur socioculturel et dans un deuxième temps pour l'éducateur social.

Puis, lors de notre formation, différents outils comme l'art, le théâtre ou encore l'improvisation nous sont présentés. Il serait intéressant d'y inclure le sport en approfondissant et en liant les aspects théoriques du sport, bénéfiques ou pénalisants, au développement de l'adolescent. Ceci mettrait en garde contre des pratiques sportives mal enseignées ou mal utilisées par les professionnels. Ces cours donneraient un outil supplémentaire et une conscience des risques.

Pour terminer, concernant les éléments auxquels le travailleur social doit être attentif lors de l'utilisation de cet outil, nous avons compris qu'il n'y a pas de remède miracle. Le sport, comme tout outil utilisé doit être remis en question à tout moment. En tant que futures travailleuses sociales, nous ne devons pas adapter l'individu à l'outil mais bien l'outil à l'individu. Le sport est un contexte ou un outil nous permettant de travailler avec le bénéficiaire, nous devons tenter de l'adapter au mieux pour des effets positifs.

Pistes d'action de l'éducateur social

En m'appuyant sur les connaissances acquises lors de ma formation, sur les finalités et les compétences d'un éducateur social¹¹ et après les recherches et les résultats de notre travail de Bachelor, je peux m'avancer sur l'élaboration de diverses pistes d'action en lien avec ma future profession.

Tout d'abord, j'ai pu lire plusieurs finalités de l'éducation qui me semblaient pertinentes pour cette partie. Selon ce document, l'action menée par l'éducateur doit avoir un sens, être réorientée et prendre en compte le contexte social. En tant que future éducatrice sociale, je pense, grâce à ce travail écrit, avoir acquis les ressources nécessaires pour mener une action autour du sport. Cette action devra sans cesse être remise en question pour éviter les risques déjà plusieurs fois cités dans ce travail. Je pense essentiel, pour un travailleur social, de mettre le bénéficiaire au centre de l'action et de ne pas oublier qu'il doit en être le principal bénéficiaire. Cette action doit être adaptée au lieu d'accueil et de rencontre. Elle doit, entre autres, prendre en compte les capacités de l'utilisateur pour une meilleure prise en charge professionnelle.

Pour cette piste d'action, je dispose de connaissances théoriques et de statistiques qui me mettent en garde contre les risques. Ce point est important si nous prenons en compte le référentiel de compétence, stipulant clairement l'importance des savoirs professionnels et personnels pour une meilleure intervention. Ce document, rédigé par une association de travailleurs sociaux suisse, explique aussi que toute action doit avoir un sens et une signification connue par tous les collaborateurs. La fonction éducative de ma piste d'action serait tout d'abord le travail sur l'estime de soi du bénéficiaire. Je pense essentiel de travailler en réseau comme vu dans les cours de systémique, et de par ce fait, communiquer en permanence avec les partenaires. Pour l'estime de soi, je définirai comme indispensable le fait d'expliquer et d'informer tous les partenaires sur l'importance de la vision que le jeune a de lui-même pour avancer dans son estime globale. Je défendrai l'outil du sport utilisé de manière adéquate pour faire avancer le jeune. Cette manière serait de prendre en compte les quatre sous-piliers du schéma vu dans la théorie pour ne pas prendre le risque d'en négliger.

¹¹Site du Travail social Suisse

http://www.avenirsocial.ch/cm_data/referentielcompEducateursSpecialisesCH_2001.pdf, consulté le 05.05.13

En tant que future éducatrice sociale, je travaillerai également sur la conception de la beauté. Cette dernière peut influencer la vision que le jeune a de son image. Comme souvent cité dans la théorie et dans les analyses, cette conception est fortement conduite par l'idéal de beauté mis en avant par les médias. En tant que professionnelle, il est important de relativiser cette vision et de valoriser le jeune pour renforcer son estime générale.

Toutefois, je saurai aussi trouver d'autres outils si je considère le sport comme un frein à l'évolution du jeune. Grâce à ce travail, j'ai compris qu'il n'était pas nécessaire de pousser un jeune à se battre. L'important est qu'il se sente à l'aise lors de l'activité. Mon travail sera essentiellement d'aider le jeune à découvrir cette activité et à le valoriser.

Pistes d'action de l'animateur socioculturel

En arrivant à la fin de ma formation, je me rends compte de l'importance de certains aspects du métier. Ce travail m'a permis de mettre en pratique certains éléments vu en cours. La méthodologie de projet se retrouve en partie dans ce travail dans le sens où nous devons respecter des étapes, faire des analyses de contexte, de populations de moyens ou être en constante évaluation.

En envisageant d'utiliser le sport comme outil, il me faudra être attentive aux éléments ressortis lors de notre travail mais aussi être clair quant au sens donné à mon action.

Les valeurs défendues par l'animation socioculturelle sont, selon la charte valaisanne du métier¹², le respect, l'ouverture, la justice sociale et la prévention. Dans le respect, il est important de relever la notion de libre-adhésion. En effet, les jeunes doivent être libres de participer ou non pour ne pas être atteints dans leur estime et se retrouver dans une situation d'échec. Je pourrai effectuer un travail avec eux pour les encourager à la participation mais je ne dois pas les en obliger. Je dois favoriser l'ouverture, la découverte de soi et prendre en compte les différences et le contexte de vie.

Une de mes pistes d'action serait d'utiliser le sport pour atteindre les objectifs d'un animateur selon la charte valaisanne de l'animation socioculturelle 2012.

- Favoriser l'autonomie, la rencontre et les échanges des personnes et des populations dans la prise en charge de leurs propres besoins
- Valoriser les ressources et compétences des personnes et des populations
- Promouvoir et défendre la qualité de vie des personnes des populations ainsi que des collaborateurs (plaisir, écoute, convivialité, etc.)
- Promouvoir la culture et la formation des personnes et des populations au sens large (formation professionnelle, formation continue, formation d'adultes, compétences sociales, etc.)
- Valoriser les pratiques artistiques, culturelles et sportives afin de favoriser la participation, la prise de responsabilité et la création
- « Recentrer la marge et marginaliser le centre » : créer des liens entre les groupes sociaux, favoriser le vivre ensemble.

¹² Site de l'association valaisanne des travailleurs sociaux (AVALTS) : <http://www.avalts.ch/doc/secteur/charte.pdf>, consulté le 05.05.2013

Nous pouvons relever que l'un des objectifs consiste à valoriser les pratiques sportives dans le but de favoriser la participation, la prise de responsabilité et la création. Ceci ne se fait que rarement contrairement aux pratiques artistiques et culturelles. Pourquoi ne pas développer cet aspect sportif dans ma future pratique professionnelle et montrer que le sport lui aussi peut favoriser la créativité ? De plus, il pourrait être utilisé dans la gestion de conflit, la médiation ou tout simplement pour valoriser les ressources et compétences des jeunes ou autre groupe de personnes. Nous avons eu l'occasion de développer l'art en travail social durant notre formation mais jamais le sport.

Par ailleurs, il est important que l'animateur socioculturel garde son rôle. J'ai retenu certains rôles que je trouvais pertinents et où le sport pourrait être utilisé. La valorisation des personnes par leurs ressources et compétences constitue la base de notre action. L'animateur socioculturel pourrait utiliser le sport pour faire émerger les ressources de chacun. Le sport serait ici un « alibi » permettant que chacun prenne conscience de ses compétences et qu'elles sont un apport pour tous. Comme exemple, nous pouvons imaginer la création d'équipes ou choisir un sport permettant de valoriser les participants et de les conscientiser sur leurs compétences et besoins. En imaginant une action concrète, l'animateur pourrait laisser les jeunes avoir une participation active à l'entraînement en amenant leurs idées, leurs exercices, ou leurs ressources pour amener au groupe ce dont ils ont besoins.

Par ailleurs, l'animateur pourrait faire de la sensibilisation, prévention et conscientisation dans les écoles ou clubs sportifs. Il n'utiliserait pas le sport en soi mais pourrait avoir son rôle de promotion citoyenne en offrant des espaces d'expression et d'échange et en favorisant l'esprit critique. Il y a un travail à faire sur les préjugés et sur la place qu'occupe chacun dans la société ou, ici dans un cours de sport.

De plus, l'animateur socioculturel a un travail d'intégration en favorisant les liens entre les personnes. Dans l'animation, la notion de groupe a une place importante. Chacun doit pouvoir s'exprimer malgré les différences. L'animateur doit également pouvoir travailler sur la dynamique de groupe ou la gestion de conflit et créer un espace favorisant les échanges et le dialogue. La pratique sportive pourrait-elle devenir un espace favorisant ces éléments ? J'ai eu l'occasion de développer les outils d'éducation populaire. Je me suis beaucoup questionnée et pense maintenant que le sport, en étant bien utilisé, pourrait permettre d'avoir les mêmes principes que cet outil et faciliter cet espace d'échange.

Pour terminer, l'animateur doit veiller à garder un positionnement professionnel en s'adaptant au rythme de chaque personne ou population, expliquer le but de l'action et surtout favoriser l'autonomie de l'individu dans ses choix.

11. CONCLUSION DU TRAVAIL DE BACHELOR

Atteintes des objectifs

Au début de notre travail, nous nous étions fixées des objectifs pouvant répondre à nos attentes. Les deux premiers objectifs établis sont, selon nous, atteints.

- Apprendre à effectuer une démarche de recherche du début à la fin
- Apprendre à récolter des données

En effet, nous avons, grâce à un processus d'apprentissage par les cours TB d'Emmanuel Solioz et au suivi de Chantal Bournissen, pu atteindre ces objectifs. Nous sommes satisfaites du travail et de la manière dont nous nous y sommes prises. Nous avons été capables d'entreprendre une démarche de recherche avec un questionnaire comme outil de récolte de données. Ceci constitue la compétence 11 du travailleur social qui sera développée plus tard.

Les autres objectifs atteints sont les suivants :

- Découvrir la pratique sportive des jeunes
- Découvrir les effets négatifs et positifs du sport

Grâce aux questionnaires, nous avons pu nous rendre compte des pratiques sportives des jeunes et avons pu découvrir les effets positifs et négatifs du sport. Les résultats nous ont permis d'effectuer une analyse approfondie et d'en ressortir des éléments importants pour notre recherche.

- Explorer de nouvelles pistes d'actions avec comme outil le sport

Comme nous l'avons vu dans le chapitre précédent, les pistes d'actions en rapport avec nos futures pratiques professionnelles découlent de ce processus de recherche et d'analyse et sont décrites et développées.

Les objectifs suivants constituent des pistes d'action mais aussi des limites à notre travail de recherche. Nous avons réalisé qu'ils ne pouvaient pas être atteints de manière concrète pour le moment.

- Développer le sport comme outil du travailleur social
- Proposer des activités sportives adaptées

Limites du travail de recherche effectué

Nous avons comme objectif de développer le sport comme outil du travailleur social. Cependant, nous avons réalisé que ce point ne serait développé que dans les pistes d'action. En effet, nos recherches ont permis de répondre à des questionnements mais nous n'avons pas pu entreprendre de démarches permettant d'utiliser le sport dans notre pratique.

Par ailleurs, nous avons été confrontées à certaines frustrations et limites dues à des difficultés diverses qui nous ont empêché d'aller plus loin dans nos recherches et réflexions.

Nous avons été très efficaces dans la rédaction et la distribution des questionnaires, ce qui nous a permis de rapidement débiter le dépouillement et les analyses. Cependant, cette démarche a été faite avant de prendre part au cours de TB concernant les outils de récoltes de données. Nous avons pu compter sur l'aide de notre directrice de Bachelor, Chantal Bournissen afin de ne pas prendre de retard. Durant la journée de cours, nous avons remarqué quelques erreurs de formulation des questions qui auraient pu simplifier le dépouillement. Malgré cela, nous avons su nous organiser et travailler de manière efficace pour ne pas accumuler de retard.

Après cette étape, nous avons réalisé que nous allions trop loin dans notre réflexion. Nous souhaitions effectuer des analyses plus approfondies et avons pris conscience qu'il nous fallait recadrer notre travail. Nous étions quelques peu frustrées de devoir nous limiter dans l'analyse mais il était nécessaire de respecter les objectifs de notre travail.

L'une des grandes difficultés rencontrée concerne le manque de connaissance du programme Excel. Cet outil était primordial à ce travail mais nous n'en avions que peu de notion. L'aide d'Emmanuel Solioz nous a été précieuse au moment des analyses.

Concernant les réponses aux questionnaires, nous avons rapidement constaté qu'une plus grande quantité de réponses nous aurait permis d'avoir des résultats plus pertinents. Nous aurions souhaité élargir notre champ de recherche à un plus grand nombre de jeunes de régions différentes. Les réponses auraient pu être très différentes. Cependant, nous sommes conscientes de l'ampleur que le travail aurait pris.

De plus, nous avons été frustrées de ne pas obtenir les réponses attendues. Nous avons tout simplement accepté que nos a priori pouvaient être faux et la réalité toute autre.

Tout ceci nous a permis de nous positionner de manière professionnelle, de nous réajuster et d'utiliser nos compétences concernant l'adaptation.

Bilan d'apprentissage et auto-évaluation

Ce travail devait nous permettre d'acquérir la compétence 11¹³ qui est la dernière de notre formation. Comme expliqué plus tôt, cette compétence répond aux deux premiers objectifs que nous nous étions fixés.

Compétence 11

11. Participer à une démarche de recherche

Compétences effectives :

- 11.1 Adopter une posture de recherche dans toute situation de formation et d'intervention sociale.
- 11.2 Suivre une démarche méthodologique appropriée à l'objet de recherche.
- 11.3 Utiliser les instruments théoriques et conceptuels adaptés à l'objet.
- 11.4 Articuler une démarche empirique à une démarche d'élaboration théorique.
- 11.5 Définir et respecter le cadre déontologique de la recherche.
- 11.6 Mettre en forme le cheminement et les résultats de la recherche.
- 11.7 Communiquer les résultats de la recherche et les soumettre au débat.

¹³ Site de la HES-SO : <http://www.hes-so.ch/data/documents/plan-etudes-bachelor-travail-social-692.pdf>, consulté le 15 avril 2013

Pour cette onzième et dernière compétence nous avons pu approfondir chacun de ses sous-points.

Tout d'abord, nous nous sommes investies dans un travail de recherche qui nous intéressait. Pour ce faire, nous avons adopté une posture de recherche en suivant une démarche méthodologique enseignée pendant les cours. Pour cette démarche nous avons utilisé les instruments théoriques et conceptuels tels que les supports de cours et les exercices faits en classe. Nous avons choisi l'outil du questionnaire qui était plus adapté à notre travail et qui nous permettait d'obtenir un échantillon assez large pour plus de précisions.

Cependant, avant d'utiliser cet outil, nous avons recherché et approfondi des aspects théoriques qui nous permettaient d'avancer et de nous orienter dans l'élaboration du questionnaire. Nous avons écrit cette partie théorique d'une manière empirique et scientifique comme expliqué pendant les heures de cours. Les critères d'évaluation nous ont permis d'améliorer notre méthode de travail tout en respectant un cadre déontologique. Ce dernier nous a demandé une remise en question continue pendant l'écriture. Nous devions, à tout moment, recadrer nos recherches pour rester cohérentes. Cette partie du travail était particulièrement difficile au vu de l'intérêt porté à ce sujet et l'envie de l'approfondir le plus possible. Malgré cela, nous avons tenté d'être les plus précises possibles en prenant les informations les plus importantes pour notre recherche.

Tout au long de notre travail, notre attention s'est portée sur sa forme. Nous voulions anticiper et ne pas attendre les derniers paragraphes pour uniformiser le tout. Cette méthode nous a fait gagner du temps et nous a permis de nous concentrer plus sur le fond que sur la forme. Néanmoins, à la fin de notre travail, nous avons été obligées de reprendre l'entier du travail pour finaliser la forme et nous assurer que le tout était cohérent de l'introduction à la conclusion.

Nous savons aujourd'hui que nous sommes capables de mener à bien un travail de recherche, mais nous en réalisons aussi l'ampleur. Professionnellement, ce travail a été une manière d'approfondir des connaissances et une méthodologie. Finalement, nous avons un regard différent et plus critique sur le sport.

Personnellement, cet écrit nous a fait réaliser à quel point le travail d'équipe était important et que seul, il est plus difficile d'avancer. Nous avons appris à faire des concessions sur nos idées en écoutant l'autre ou encore à défendre nos idées pour convaincre en utilisant des critères adéquats.

Apport du travail de groupe

Nous avons choisi de réaliser ce travail ensemble car nous portions toutes les deux un fort intérêt pour le sujet traité. Nous nous connaissions depuis le début de la formation et avons appris à nous connaître au niveau personnel et professionnel. Nous nous sommes rendues compte, au fil de la formation et des travaux de groupe effectués ensemble, que nous étions très différentes. Néanmoins, lors du choix de la thématique nos idées et objectifs concernant le travail de Bachelor étaient semblables. Ceci nous a permis de réaliser que malgré les différences, la collaboration est possible et même bénéfique.

Nous avons pris conscience des ressources et compétences de chacune et avons pu nous projeter quant au sujet de notre travail de Bachelor. Nous avons pris la décision de travailler ensemble pour ce travail pour, non seulement développer nos compétences de travail en collaboration, mais aussi échanger nos idées.

Nous avons ainsi, grâce à nos différences, pu travailler en complémentarité en reliant nos ressources et nos compétences tant personnelles que professionnelles.

L'un des éléments les plus importants de notre travail était l'organisation. Nous habitons dans des villages différents et avons un emploi du temps très différent. Nous avons dû jongler entre formation pratique, travail, cours et travail de Bachelor. Cela nous a demandé d'élaborer un planning afin de respecter les délais. Nous avons dû faire preuve d'adaptation en fonction de l'emploi du temps de chacune. De plus, nous avons réalisé que pour un travail d'une telle ampleur en collaboration, il fallait savoir faire des concessions.

Concernant l'organisation pour la réalisation concrète, nous nous sommes partagées les tâches en fonction de nos disponibilités et de nos compétences. Ceci nous a permis d'avancer rapidement et de respecter la planification du travail.

De plus, lorsque la motivation de l'une d'entre nous baissait, nous pouvions compter sur l'autre pour se soutenir et ne pas se décourager.

En conclusion, ce travail a été pour nous très concluant et nous sommes fières du chemin que nous avons parcouru ensemble.

12.SOURCES BIBLIOGRAPHIQUES

Ouvrages

ANDRE C. et LELOD F., *L'estime de soi, S'aimer pour mieux vivre avec les autres*, Édition Odile Jacob, 2011, 297 p.

ANDRIEU B., *La nouvelle philosophie du corps*, Éditions Erès, 2002, 238 p.

ARNAUD P. et TERRET. T, *Histoire du sport féminin, Histoire et identité*, Tome 1, L'Harmattan, Paris, 1996

ARNAUD P. et TERRET. T, *Histoire du sport féminin, Sport masculin-sport féminin : éducation et société*, Tome 2, L'Harmattan, Paris, 1996

ATTALI M. (dir.), LIOTARD P., CHAPRON T. et SAINT-MARTIN J., *Le Sport et ses valeurs*, La dispute, Paris, 2004, 210 p.

BALLET J., *L'exclusion : Définitions et mécanismes*, L'Harmattan, coll. Logiques Sociales, Paris, 2001, 255 p.

BELOTTI E., *Du côté des petites filles*, Paris, Des femmes, 1995 (1^{ère} éd.1973).

BIRRAUX A., *L'adolescent face à son corps*, Éditions Bayard, 1994, 204 p.

BRACONNIER A. et MARCELLI D., *L'adolescence aux mille visages*, Editions Odile Jacob, 1998, 265 p.

CLAES M., *L'expérience adolescente*, 3^{ème} édition, Mardaga, 1983, 208 p.

CLOUTIER R. et DRAPEAU S., *Psychologie de l'adolescence*, 3^{ème} édition, Chenelière Education, Gaëtan Morin Éditeur, 2008, 213 p.

DAVISSE A. et LOUVEAU C., *Sports, école, société : la part des femmes*, Actio, Paris, 1991

DEBESSE M., *L'Adolescence*, Presses universitaires de France, Que sais-je? 102, Paris, 1971, 126 p.

DEUTSCH H., *Problèmes de l'adolescence, la formation de groupes*, Petite Bibliothèque Payot, Paris, 1974, 151 p.

Dr GALIMARD P., *L'enfant de 11 à 15 ans mutations, conflits et découvertes de l'adolescence*, Privat, Toulouse, 1968, 110 p.

DEFrance J., *Sociologie du Sports*, 6^{ème} édition, La Découverte, coll. « Repères », Paris, 2011, 126 p.

DELIGNIÈRE D., *Psychologie du sport*, Édition Que sais-je ?, 2008, 122 p.

DUCLOS G., LAPORTE D. et ROSS J., *L'estime de soi des adolescents*, Éditions de l'Hôpital Sainte-Jusine, 2002, 85p.

DURET P., *Sociologie du sport*, P.U.F., Que sais-je ?, 2008, 128 p.

ERIKSON E. *Adolescence et crise d'identité*, trad. française, Flammarion, 1972

FALCOZ M. et KOEBEL M. (dir.) *Intégration par le sport: représentations et réalités*, L'Harmattan, coll. Logiques sociales, 2005, 270 p.

GUASCH G.P., *L'adolescent et son corps*, Éditions universitaires, 1973, 174 p.

- HAVIGHURST R.J, *Human development and education*, 3^{ème} édition, New York: McKay, 1972
- INHELDER B. et PIAGET J., *De la logique de l'enfant à la logique de l'adolescent*, Presses Universitaires de France, Paris, 1966.
- KHELLIL Mohand, *Sociologie de l'intégration*, P.U.F. Que sais-je ?, 2005
- LE BRETON D. (dir.), *L'adolescence à risque. Corps à corps avec le monde*, coll. « Mutations », Paris, Autrement, 2002, 183 p.
- LONG T., *L'éducation par le sport, imposture ou réalité ?, approche de la morale sportive*, Paris : Connaissances et savoirs, 2008, 273 p.
- L'YVONNET F. (dir.) et PICHERY B. (dir.), *Regards sur le sport*, Le Pommier, coll. « Beaux Livres », Paris, 2010, 256 p.
- MATHIEU N., *L'anatomie politique. Catégorisation et idéologie de sexe*, Paris, Des femmes, 1991.
- MATOT J.P., *L'enjeu adolescent, Déconstruction, enchantement et appropriation d'un monde à soi*, Presses universitaires de France, 2012, 334 p.
- MORAND O. et TOFFOL N., *Le sport peut-il être un outil pour l'éducateur?* Sion : Centre de formation pédagogique et sociale, 1996
- MOULIN C., LACOMBE P. *L'abandon sportif: ou les fonctions du sport dans la construction des identités féminines à l'adolescence*, Laboratoire CRBC-CNRS (Université de Bretagne Occidentale), recherche réalisée pour l'Union Nationale du Sport Scolaire, mai 2004.
- PERSOON A., KERR M., et STATTIN H., *Staying in or Moving away from Structured Activities; Explanations Involving Parents and Peers*, Developmental Psychology, 43 197-207, 2007
- PALMONARI A., *Notes sur l'Adolescence*, 2^{ème} édition, Éditions DelVal, Cousset (Fribourg) Suisse, 1987, 83 p.
- ROCHEBLAVE-SPENLÉ A.M., *L'adolescent et son monde*, Éditions Universitaires, Paris, 1969, 207 p.
- RODUIT I., SAVIOZ E. et LONFAT C., *Le sport dans la tête, ou, Quels sont les effets psychologiques de la pratique d'un sport sur la construction de l'identité d'un préadolescent entre 11 et 15 ans?*, Sion : ESTS - Ecole supérieure de travail social, 2008
- STATTIN H., KERR M., MAHONEY J., PERSOON A. et MAGNUSSON D., *Explaining Why Leisure Context is Bad for Some Girls and Not for Others*, 2005, dans MAHONEY J.L, LARSON R.W et ECCLES J.S (dir.), *Organised Activities as Contexts of Development: the Condition of Education*, Washington (D.C.): Government Printing Office
- VETTER B., *La socialisation par le sport : expérience avec des adolescents dit débiles*, Sion : [s.n.], 1980, Mémoire de fin d'études du Centre de formation pédagogique et sociale de Sion, 77 p.
- VUORI I., *Le rôle du sport dans la société : santé, socialisation, économie : une synthèse de recherche*, Strasbourg : Édition du Conseil de l'Europe, Coll. Sport, 1995, 232 p.

Revue et articles

BADINTER R., *Vive le sport*, L'Éthique Magazine, n°922, 1^{er} janvier 2000, 98 p.

BARROT J., *Réussir l'intégration : Intégrer, s'intégrer-terrains d'exclusions-moyens et politiques*, Projet n°227, Paris, Edition Assas, 1991, 143 p.

DEBESSE M., *L'adolescence est-elle une crise ?*, In: Enfance, Tome 11, n°4-5, L'adolescence, 1958, pp. 287-302.

DONNELLY P., *Les inégalités sociales dans le sport*, Sociologie et sociétés, Volume 27, numéro 1, printemps 1995, pp. 91-104

DUBET F., *L'École et l'Exclusion*, Paris : Nathan, 1998, pp. 103-108. 159 p.

FIZE M., *Rendre confiance aux adolescents*, Cerveau & Psycho, N° 16, août-septembre 2006, pp. 38-41.

GASPARINI W., *L'Intégration par le sport : Genèse politique d'une croyance collective*, Sociétés contemporaines, n° 69, Presses de Sciences Po, mars 2008, pp. 7-23.

GASPARINI W., *Immigration et discrimination dans le sport : Les Catégories à l'épreuve du terrain*, Regards sociologiques, n° 39, 2010, pp. 85-93.

GASPARINI W. et KNOBE S., *Le salut par le sport ? Effets et paradoxes d'une politique locale d'insertion*, Revue Déviance et Société, Vol. 29, n° 3, 2005, pp. 445-461.

LORCERIE F. et ZAKHARTCHOUK J.M., *L'École et l'Exclusion*, Cahiers pédagogiques, février 2001, n° 391, pp. 9-52.

MIGNON P., *Sport, insertion, intégration*, H&M, Au miroir du sport, N°1226 – Juillet-août 2000.

SEIDAH A. et al., *Perceptions de soi à l'adolescence : différences entre filles et garçons*, Enfance, 2004/4 Vol. 56, pp. 405-420.

Sites internet

Site du Larousse en ligne :

<http://www.larousse.fr/dictionnaires/francais/int%C3%A9gration>, consulté le 23.11.2012

CAILLAT M., « Le sport, machine à intégrer...ou à exclure ? », Série d'été – Café des Sports, 2004, site du journal *La Libre* :

http://www.lalibre.be/article_print.phtml?art_id=174191, consulté le 23.11.2012

JONQUÈRES D'ORIOLA P., « JO 2012 : Hommes / Femmes, les jeux de la parité ? (Exclu) », 2013, site du groupe *Aufeminin.com* : <http://www.aufeminin.com/societe/jo-2012-hommes-femmes-les-jeux-de-la-parite-exclu-s5592.html>, consulté le 24.04.2013

Site du Travail social Suisse :

http://www.avenirsocial.ch/cm_data/referentielcompEducateursSpecialisesCH_2001.pdf, consulté le 05.05.13

Site de l'association valaisanne des travailleurs sociaux (AVALTS) :

http://www.avalts.ch/doc/secteur_a_charte.pdf, consulté le 05.05.2013

Site de la HES·SO : <http://www.hes-so.ch/data/documents/plan-etudes-bachelor-travail-social-692.pdf>, consulté le 15 avril 2013

Film

Billy Elliot, S. Daldry, avec J. Bell, J. Walters, G. Lewis, J. Draven, Royaume-Uni, 2000, Comédie dramatique, 111 min

Dictionnaire

Le Robert pratique, dictionnaire d'apprentissage de la langue française, rédaction dirigée par Alan Rey, Le Robert, 2011

Illustration

Image de la page de garde : <http://www.humanosphere.info/2012/01/le-marche-du-sport-se-porte-bien-en-suisse/>, consulté le 15.08.2012

13.ANNEXES

A. Questionnaire sur la pratique sportive

HES· SO//Valais

Bachelor of Arts in Travail social

Questionnaire sur la pratique sportive

Ce questionnaire est anonyme.

Age : _____

☐ Fille ☐ GarçonPratiques-tu du sport dans le cadre de l'école ? ☐ Oui ☐ NonPratiques-tu du sport en dehors de l'école ? ☐ Oui ☐ Non

- Si oui Lequel ? Lesquels ?

Quel-s sport-s pratiques-tu ?	A quelle fréquence ? (durant la saison adaptée à ce sport)	Pourquoi ce sport ?	Dans un club ou hors club	Pour toi est-ce un sport
.....	<input type="checkbox"/> Une fois par semaine <input type="checkbox"/> Deux fois ou plus <input type="checkbox"/> Occasionnellement	<input type="checkbox"/> Suivre les amis <input type="checkbox"/> Choix de la famille <input type="checkbox"/> Choix personnel <input type="checkbox"/> Par hasard <input type="checkbox"/> Par obligation	<input type="checkbox"/> Dans un club <input type="checkbox"/> Hors club	<input type="checkbox"/> Pour les filles <input type="checkbox"/> Pour les garçons <input type="checkbox"/> Les deux
.....	<input type="checkbox"/> Une fois par semaine <input type="checkbox"/> Deux fois ou plus <input type="checkbox"/> Occasionnellement	<input type="checkbox"/> Suivre les amis <input type="checkbox"/> Choix de la famille <input type="checkbox"/> Choix personnel <input type="checkbox"/> Par hasard <input type="checkbox"/> Par obligation	<input type="checkbox"/> Dans un club <input type="checkbox"/> Hors club	<input type="checkbox"/> Pour les filles <input type="checkbox"/> Pour les garçons <input type="checkbox"/> Les deux
.....	<input type="checkbox"/> Une fois par semaine <input type="checkbox"/> Deux fois ou plus <input type="checkbox"/> Occasionnellement	<input type="checkbox"/> Suivre les amis <input type="checkbox"/> Choix de la famille <input type="checkbox"/> Choix personnel <input type="checkbox"/> Par hasard <input type="checkbox"/> Par obligation	<input type="checkbox"/> Dans un club <input type="checkbox"/> Hors club	<input type="checkbox"/> Pour les filles <input type="checkbox"/> Pour les garçons <input type="checkbox"/> Les deux
.....	<input type="checkbox"/> Une fois par semaine <input type="checkbox"/> Deux fois ou plus <input type="checkbox"/> Occasionnellement	<input type="checkbox"/> Suivre les amis <input type="checkbox"/> Choix de la famille <input type="checkbox"/> Choix personnel <input type="checkbox"/> Par hasard <input type="checkbox"/> Par obligation	<input type="checkbox"/> Dans un club <input type="checkbox"/> Hors club	<input type="checkbox"/> Pour les filles <input type="checkbox"/> Pour les garçons <input type="checkbox"/> Les deux
.....	<input type="checkbox"/> Une fois par semaine <input type="checkbox"/> Deux fois ou plus <input type="checkbox"/> Occasionnellement	<input type="checkbox"/> Suivre les amis <input type="checkbox"/> Choix de la famille <input type="checkbox"/> Choix personnel <input type="checkbox"/> Par hasard <input type="checkbox"/> Par obligation	<input type="checkbox"/> Dans un club <input type="checkbox"/> Hors club	<input type="checkbox"/> Pour les filles <input type="checkbox"/> Pour les garçons <input type="checkbox"/> Les deux

Autres sports : _____

- Si non, pour quelle-s raison-s ne pratiques-tu pas de sport ?

- ☐ Manque de temps
- ☐ Absence d'envie et de plaisir
- ☐ Raisons de santé
- ☐ Fatigue
- ☐ Autres centres d'intérêt
- ☐ Impression que le sport n'est pas pour moi, ne me fait pas du bien
- ☐ Mauvais souvenirs, mauvaises expériences
- ☐ Trop cher
- ☐ Pas de transport
- ☐ Autres motifs : _____

Coche 3 bonnes raisons de faire du sport :

- ☐ Perdre du poids
- ☐ Être en bonne santé
- ☐ Éliminer le stress
- ☐ Se défouler
- ☐ Rencontrer des gens
- ☐ Avoir des sensations fortes
- ☐ Dépasser ses limites
- ☐ Autre : _____

Aimes-tu la compétition ?

- ☐ Beaucoup ☐ Un peu ☐ Pas du tout

Es-tu prêt-e à transpirer pour gagner ?

- ☐ Oui ☐ Non

Es-tu prêt-e à tricher pour gagner ?

- ☐ Oui ☐ Non

Selon toi, quels sports sont pour les filles, pour les garçons ou pour les deux ?

	Pour les filles	Pour les garçons	Pour les deux
Athlétisme			
Basketball			
Cyclisme			
Équitation			
Escrime			
Football			
Natation			
Ski/snowboard			
Randonnée à pied			
Course à pied			
Fitness			
Ski de fond			
Gymnastique			

HES· SO//Valais

Bachelor of Arts in Travail social

	Pour les filles	Pour les garçons	Pour les deux
Randonnée à ski			
Hip Hop			
Volleyball			
Badminton			
Judo			
Unihockey			
Escalade			
Hockey sur glace			
Patinage artistique			
Boxe			
Karaté			
Zumba			
Dance classique			
Breakdance			

Comment perçois-tu la gym à l'école ?

- ☐ Un moment de détente
☐ Un cours important
☐ Un moyen de se défouler
☐ Un calvaire

Vas-tu à la gym avec plaisir ?

- ☐ Oui ☐ Non

Si non, pourquoi ?

- ☐ On se moque de moi
☐ Je n'aime pas montrer mon corps devant les autres
☐ Je suis nul-le
☐ Je me gêne devant les garçons/filles
☐ Les sports proposés ne me plaisent pas
☐ Autres : _____

Vas-tu pratiquer du sport en dehors de l'école avec plaisir ?

- ☐ Oui ☐ Non

Si non, pourquoi ?

- ☐ On se moque de moi
☐ Je n'aime pas montrer mon corps devant les autres
☐ Je suis nul-le
☐ Je me gêne devant les garçons/filles
☐ Ce sport ne me plaît pas
☐ Autres : _____

Comment te sens-tu pendant la gym à l'école ?

- | | | |
|---|-------------------------------------|--|
| <input type="checkbox"/> Stressé-e | <input type="checkbox"/> Nul-le | <input type="checkbox"/> Jugé-e |
| <input type="checkbox"/> Démuni-e | <input type="checkbox"/> Accepté-e | <input type="checkbox"/> Différent-e |
| <input type="checkbox"/> Inquiet/inquiète | <input type="checkbox"/> Respecté-e | <input type="checkbox"/> Confiant-e |
| <input type="checkbox"/> Déçu-e | <input type="checkbox"/> Valorisé-e | <input type="checkbox"/> Gêné-e |
| <input type="checkbox"/> Ignoré-e | <input type="checkbox"/> Habile | <input type="checkbox"/> Sous pression |
| <input type="checkbox"/> Courageux-se | <input type="checkbox"/> Blessé-e | <input type="checkbox"/> Enthousiaste |
| <input type="checkbox"/> Content-e | <input type="checkbox"/> Ridicule | <input type="checkbox"/> Rejeté-e |
| <input type="checkbox"/> Fort-e | | |

Lors du choix des équipes, es-tu généralement choisi-e :

- ☐ En premier ☐ En dernier ☐ Autres

- Que ressens-tu face à ce choix :

- ☐ Honte
☐ Fierté
☐ Déception
☐ Tristesse
☐ Frustration
☐ Joie

Arrives-tu à effectuer les exercices ?

- ☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Tout le temps

Pendant la gym à l'école ou en sport hors de l'école, fais-tu des remarques sur le physique de tes camarades ?

- ☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Tout le temps

Pendant la gym à l'école ou en sport hors de l'école, reçois-tu des remarques sur ton physique ?**- De tes camarades ?**

- ☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Tout le temps

- Quels genres de remarques ?

- De tes professeur-e-s/moniteurs-trices ?

- ☐ Jamais ☐ Parfois ☐ Souvent ☐ Tout le temps

HES· SO//Valais

Bachelor of Arts in Travail social

- Quels genres de remarques ?

Te mets-tu volontiers en habit de sport ?

☐ Oui ☐ Non

Comment t'habilles-tu pour le sport ?

- ☐ Short
☐ Habit ample
☐ Ensemble stylé
☐ Autres : _____

Comment te sens-tu en habit de sports ?

- ☐ Beau/belle
☐ Pas du tout à la mode
☐ Gros/grosse
☐ Valorisé-e
☐ Autres : _____

Est-ce que ça te dérange de te changer devant les autres ?

☐ Pas gênant ☐ Plutôt gênant ☐ Gênant

Quelle note as-tu en sport ? _____

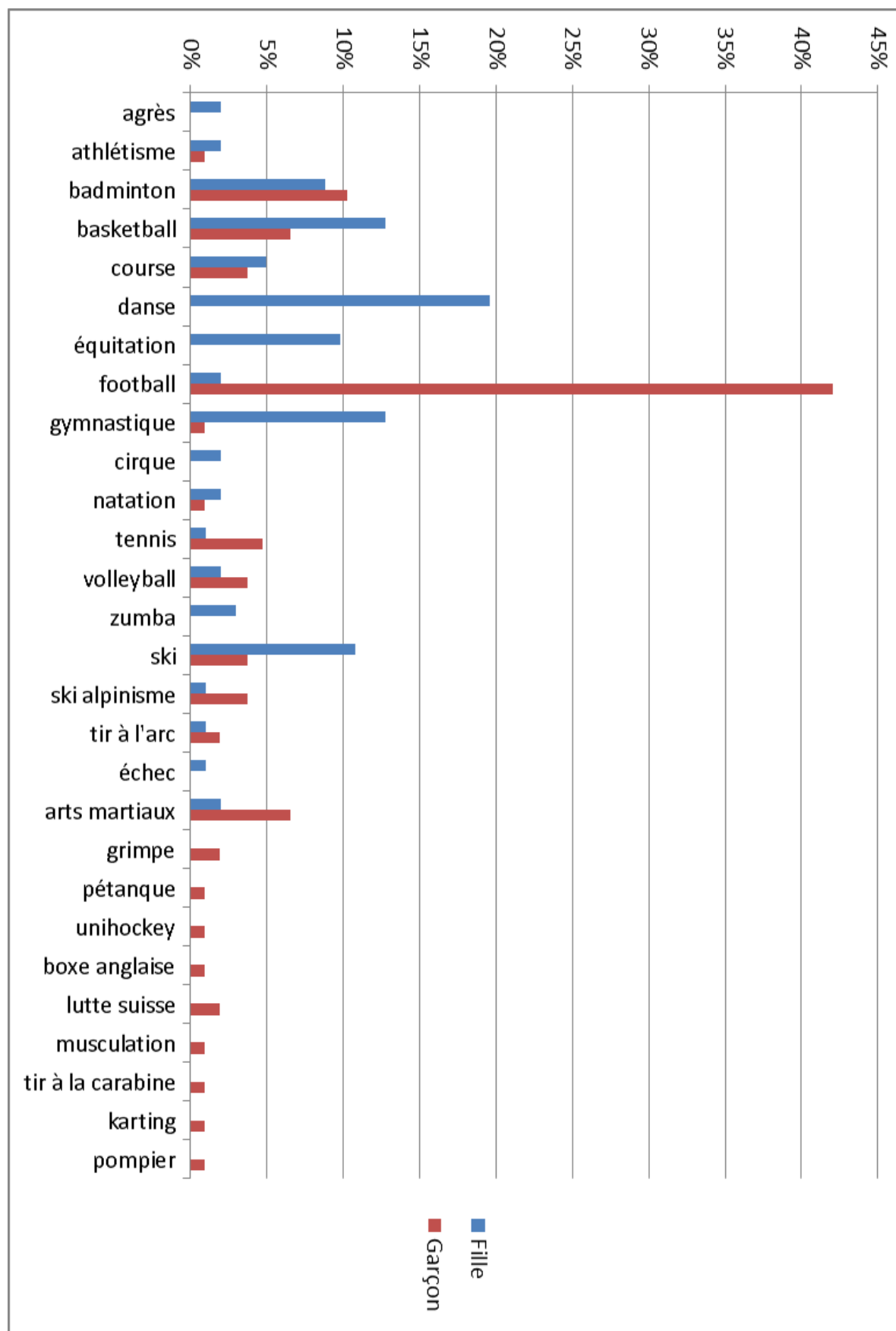
As-tu une idole ? (sportif ou non)

☐ Oui ☐ Non

Si oui, qui est-ce ? _____

Nous te remercions d'avoir pris le temps de répondre et nous te souhaitons une bonne journée !

B. Graphique des pratiques sportives



C. Liste des sentiments

Sentiments négatifs	Sentiments positifs
gêné	enthousiaste
différent	confiant
stressé	content
démuni	fort
inquiet	courageux
déçu	accepté
ignoré	respecté
sous-pression	valorisé
rejeté	habile
blessé	
ridicule	
jugé	
nul	